

# Cotto e <mangiato> *collection*

—  
RISTAMPA  
2023  
—

## Speciale *Apericena*

BOCCONCINI - INSALATE - FRITTINI - CIBI DI STRADA - TORTE SALATE E SALATINI -  
SPIEDINI - RICETTE DA ABBINARE AL CONEGLIANO VALDOBBIADENE PROSECCO DOCG  
- TORTE E DOLCI AL CUCCHIAIO - GELATI E SORBETTI - SUGGERIMENTI PRATICI



CONEGLIANO VALDOBBIADENE  
PROSECCO SUPERIORE DOCG

# TRATTO DA UNA STORIA VERA UNICA AL MONDO

*Consorzio di Tutela*



PROSECCO SUPERIORE  
DAL 1876

Le storie vere affascinano perché coinvolgono, ispirano e appassionano. Proprio come il nostro **Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG**, capace di raccontare un dettaglio di sé a ogni sorso. Degustandolo, puoi sentire la sua origine: un territorio inimitabile, **Patrimonio Mondiale dell'Umanità UNESCO**. Puoi percepire l'eroica quotidianità di una comunità inarrestabile, capace di sfidare le pendenze estreme delle colline che coltiva da secoli. Puoi gustare il risultato della dedizione di ben 3300 famiglie di viticoltori, unite a tutela della **qualità controllata e garantita** e della biodiversità. Quel territorio, quella comunità, quelle famiglie, siamo noi. **Siamo il Conegliano Valdobbiadene, e nelle nostre viti c'è la nostra vita.**

Scopri tutte le etichette dei nostri produttori su **Prosecco.it**





# Abbonati

## ALLA NOSTRA RIVISTA DIGITALE



[cottoemangiatomagazine.mediaset.it](http://cottoemangiatomagazine.mediaset.it)

## VISITA IL SITO

Non perdetevi i numeri digitali di Cotto e mangiato: un pieno di gusto con tante idee per antipasti, primi, secondi, dolci e contorni!



Ristampa di maggio 2021 - Le interviste agli chef sono state rilasciate tra gennaio e aprile 2021, quindi alcuni riferimenti potrebbero essere inesatti o incompleti.

Cotto e  
<mangiato>

# Editoriale

## Tempo di Apericena

Goloso protagonista del nostro tempo, l'Apericena ha scombussolato la tradizione della tavola fatta di portate e porzioni e ha inventato una nuova routine giornaliera. Un modo unico e attraente di interpretare il convivio, a cui è dedicato questo speciale, che esce prima dell'estate proprio per celebrare il connubio tra la bella stagione e la voglia di indulgere nell'atmosfera rilassata di finire una giornata "mangiando e bevendo" in compagnia, possibilmente su una bella terrazza.

Nel nostro *excursus* sull'apericena troverete i **bocconcini**, assaggi mirati e golosi, bilanciati tra praticità ed estetica, le **insalate**, con la loro freschezza e il loro tripudio di colori, che non possono mancare come i **frittini**, irresistibili, da rubare e mangiare, uno dopo l'altro. E ancora, **carpacci e marinature**, sofisticati nel sapore ma semplicissimi da realizzare e dall'effetto assicurato, come il **cibo di strada** italiano, inno alle origini popolari della cucina nostrana. Tradizione e innovazione sono alla base della **pasticceria salata**, piccoli capolavori frutto di grande esperienza ed estro creativo, come le ricette degli chef coinvolti in questo speciale: i **fratelli Cerea**, **Andrea Provenzano** ed **Eugenio Roncoroni**. Immane poi i contributi della nostra **Tessa Gelisio** e dello chef **Andrea Mainardi** con il suo "tocco magico"!

Ampio spazio poi a un prodotto italiano perfetto per l'apericena, il **Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G.**, celebrato con un menu "mangia e bevi" per l'apericena, con ricette che ne esaltano le qualità e i consigli di abbinamenti. E infine, *dulcis in fundo*, spazio ai **dolci**, dalla pasticceria *mignon* ai sorbetti. Dopo oltre 90 ricette, chiudiamo con i nostri consigli pratici per organizzare un'apericena perfetta che stupirà i vostri ospiti. Buona lettura, ma soprattutto...

Buona cucina  
La redazione

DIRETTORE RESPONSABILE  
**Andrea Delogu**



Cotto e mangiato magazine  
è edito da  
**Fivestore - RTI S.p.A.**  
20093 Cologno Monzese (MI)

PROGETTO EDITORIALE  
E GRAFICO  
**Zampediverse®**

HANNO COLLABORATO  
**Tessa Gelisio, Andrea Mainardi, Luca Turchi, Daniela Di Matteo, Marco Carrara, Alice Motti, Martina Melandri, Cecilia Rosi, Camilla Assandri, Emanuele Zambon**

FOTOGRAFIE  
**Shutterstock, iStock**

Cotto e mangiato Magazine

pubblicazione mensile  
Registrazione Tribunale di Milano  
n.123 del 27/04/2015

STAMPA a cura di Caleidograf  
DISTRIBUZIONE a cura  
di Press-Di Distribuzione e  
Stampa Multimedia S.r.l. Milano

PUBBLICITÀ



MediaAdv srl  
Via A. Panizzi, 6 - 20146 Milano  
info@mediaadv.it |  
www.mediaadv.it

SCRIVETECI  
**cottoemangiato.magazine@  
mediaset.it**

Tutti gli articoli contenuti  
in Cotto e mangiato magazine  
sono da intendersi a riproduzione  
riservata ai sensi dell'Art. 7 R.D:  
18 Maggio 1942 n. 1369



Cotto e  
< mangiato >



12

### Bocconcini

Mini blinis con salmone affumicato  
e "caviare" di Aperol

< 8 >

## La primavera è servita

I consigli di Tessa Gelisio  
per un apericena di successo



35

### Insalate in coppetta

Insalata di tofu con semi di sesamo,  
albicocche e bambù



< 10 >

## Bocconcini

Un concentrato di sapore  
da mangiare in un sol boccone!



69

Le ricette di Andrea Mainardi  
Crocchette di latte



# Sommario

28

SCUOLA DI CUCINA  
**PASTICCERIA SALATA**

30

ANDREA PROVENZANI  
**L'APERICENA SECONDO  
LO CHEF DE  
ILLIBERTYMILANO**

32

INSALATE IN COPPETTA  
**DALLE CLASSICHE  
AL POKE**

42

CONEGLIANO  
VALDOBBIADENE  
**DOVE IL PROSECCO  
È SUPERIORE**

48

APERICENA  
**CON IL CONEGLIANO  
VALDOBBIADENE DOCG**

54

FRITTINI  
**CROCCANTI E SFIZIOSI**

66

SCUOLA DI CUCINA  
**LA PASTELLA**

68

LE RICETTE  
DI ANDREA MAINARDI



# apericena

## Collection



**81**

**Cibi di strada**  
*Falafel arcobaleno*



**108**

ENRICO  
E ROBERTO CERA  
**L'APERICENA STELLATO**  
**DA VITTORIO**

**110**

SPIEDINI  
**PERTUTTI I GUSTI**

**118**

SCUOLA DI PASTICCERIA

**124**

DULCIS IN FUNDO

**138**

GELATI E SORBETTI

**144**

UN APERICENA PERFETTO  
**CONSIGLI DI ALLESTIMENTO**

**70**

CIBI DI STRADA

**Dalla tradizione**  
*allo street food*



**82**

EUGENIO RONCORONI  
**INTERVISTA ALLO CHEF**  
**DI AL MERCATO**

**84**

MARINATURE  
E CARPACCI

**96**

SCUOLA DI CUCINA  
**MARINATURA**

**98**

TORTE SALATE E SALATINI

**105**

**Torte salate e salatini**  
*Vol au vent con crema di piselli*  
*e insalata di mare*







## BOCCONCINI

Mini blinis con salmone affumicato e caviale di Aperol

p. 12

Anguria alla griglia con feta

p. 14

Muffin salati con pollo, *curry* e olive nere

p. 15

Biscotti di Parmigiano Reggiano e humus di zucchine

p. 16

Gnudi alla "Parmigiana destrutturata"

p. 18

Empanadas al tonno

p. 20

Bigné salato con guacamole e verdure croccanti

p. 21

*Sandwich* di cecina con pecorino e confettura di cipolla

p. 22

Korokke giapponesi con maiale e manzo

p. 24

Gold bags thailandesi

p. 26

Bigné con spuma di peperoni rossi

p. 28

## INSALATE IN COPPETTA

Insalata di quinoa messicana con fagioli mais e coriandolo

p. 34

Insalata di tofu con semi di sesamo, albicocche e bambù

p. 35

Insalata di ceci con pomodorini, cetrioli, feta, prezzemolo, cipolle e limone

p. 36

Insalata vegetariana di legumi

p. 37

Tris di Poke (tonno, salmone, gamberetti)

p. 38

Pomodori ripieni di cous cous piccante agli anacardi

p. 40

Insalata di riso nel melone

p. 41

Grano saraceno con pomodori, peperoni gialli e basilico fresco

p. 41

## FRITTINI

Bruschetta di melanzane

p. 31

Cozze fritte pugliesi

p. 56

Fritto misto di pesce

p. 58

Fritto misto alla piemontese

p. 59

*Hush puppies* (fritelle di mais del Sud degli Stati Uniti)

p. 60

Fritto misto di verdure

p. 62

Fiori di zucca o zucchina ripieni fritti

p. 63

*Saganaki* (feta fritta)

p. 64

Rondella di mela in pastella con lardo di colonnata

p. 66

Crocchette di latte

p. 69

## CIBO DI STRADA

Arancine

p. 72

Sciaccia ragusana a fette

p. 74

Frittatine di pasta napoletane

p. 75

Mini *burritos*

p. 76

Folpetti alla veneziana

p. 78

Bombette pugliesi

p. 79

Bombette pugliesi al forno

p. 79

*Kebab* all'italiana

p. 80

Falafel arcobaleno al forno

p. 81

*Fresh rolls* vietnamiti

p. 83

## MARINATURE E CARPACCI

Carpaccio di barbabietola con feta, foglie di rucola, semi di zucca e di girasole

p. 86

Carpaccio di pesce spada marinato

p. 86

Carpaccio di polpo con patate, prezzemolo e zenzero

p. 87

Carpaccio di manzo alla Cipriani

p. 88

Carpaccio di tonno con fichi e alghe verdi

p. 90

Carpaccio di capesante con pomodorini e arance

p. 91

Carpaccio di gamberi rossi e caviale

p. 92

Insalata di salmone marinato con tzatziki

p. 94

Alici marinate alla ligure

p. 96

## TORTE SALATE E SALATINI

Tartellette di caponata

p. 9

Mini tatin con pomodorini verdi fritti

p. 100

Chioccioline di erbazzone

p. 101

Tortina salata con feta, pomodorini arrosto e melanzane

p. 102

Pizza di pastella ai fiori di zucca e zafferano

p. 103

*Cheesecake* salata con fichi freschi

p. 104

*Vol au vent* con crema di piselli e insalata di mare

p. 105

Focaccia instantanea in padella

p. 106

Cestini di filo con mele e gorgonzola

p. 107

## MANGI E BEVI

Cestini croccanti di gamberetti

p. 50

Polpettine di baccalà mantecato

p. 50

Cracker di Asparagi di Badoere

p. 51

Polentine con funghi

p. 52

Frittata di erbe spontanee

p. 53

Cantucci alle mandorle

p. 53

## SPIEDINI

Spiedini di gamberi alla griglia con ananas

p. 112

Spiedini di datteri avvolti nel bacon

p. 122

Mini crêpes di salmone e stracchino sullo stecchino

p. 113

Corn dog

p. 114

Quadrotti di gorgonzola stagionato con mostarda di ciliegie

p. 115

Pops salati gusto pizza

p. 115

Spiedini di pomodorini con feta avvolta nelle zucchine

p. 116

## DOLCI

*Macaron* tiramisù

p. 118

Tartellette con rose di mele

p. 120

*Cheesecake* fredda con mozzarella di bufala e *coulis* ai frutti bosco

p. 122

Mini *clafoutis* alle ciliegie e tè nero

p. 126

Avocado *truffles*

p. 128

Bicchierini ciocco sangria

p. 130

Torta cioccolatino aromatizzata al tè Matcha e peperoncino

p. 132

*Bolo de Bolacha* (torta di biscotti)

p. 134

Ispirazione di cassata nel bicchiere

p. 136

Sorbetto mela verde e Calvados

p. 140

Gelato furbo al mango vegano e senza zucchero

p. 141

Baci di meringa con gelato allo yogurt e mora

p. 142

Melone e Porto

p. 143

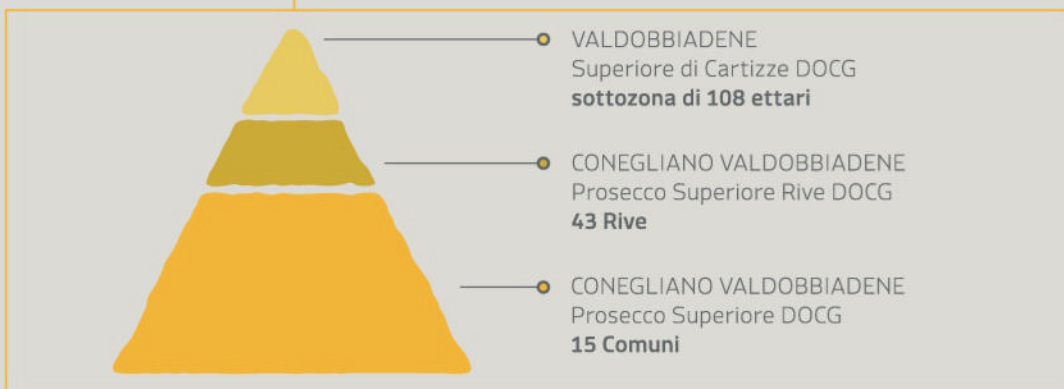




## La piramide qualitativa

L'area di produzione del **Conegliano Valdobbiadene**, che si estende su 15 comuni e rappresenta il cuore del mondo Prosecco, è una Denominazione storica italiana riconosciuta dal 1969. Nel 2009, con la riorganizzazione del sistema Prosecco, il Ministero dell'Agricoltura la classifica come Denominazione di Origine Controllata e Garantita (DOCG) massimo livello qualitativo del vino italiano.

- CONEGLIANO VALDOBBIADENE PROSECCO SUPERIORE DOCG
- ASOLO PROSECCO SUPERIORE DOCG
- Provincia di Treviso
- PROSECCO DOC







**Da sempre appassionata ambientalista o meglio "ecocentrica", come le piace definirsi sul suo (omonimo) blog, Tessa Gelisio debutta in televisione nel 2001 a Telemontecarlo con un programma dedicato al mondo marino. L'anno dopo è su LA7 con Oasi, trasmissione sulle problematiche ambientali. In Rai collabora con Paolo Brosio a un'edizione di Sereno Variabile sulle meraviglie del Bel Paese. Arriva in Mediaset nel 2003 alla guida della trasmissione Pianeta mare su Rete 4 e, con grande successo, approda su Canale 5 nel 2015. Dal 2011 è alla conduzione di <Cotto e Mangiato>, in onda alle ore 12.50 dal lunedì al venerdì su Italia1, all'interno del tg Studio Aperto.**

# La primavera è servita

**I consigli di Tessa Gelisio per un apericena di successo sposano la classe, la semplicità e le materie prime di stagione**

Tessa Gelisio ci fa compagnia tutti i giorni con la sua rubrica quotidiana <Cotto e mangiato> all'interno del Tg di Studio Aperto su Italia1. Con le sue ricette facili e veloci, porta in tavola sfiziosi piatti alla portata di tutti. Il suo segreto in cucina è prediligere i prodotti di stagione che non solo fanno bene alla salute ma anche all'ambiente.

## **Come fare a portare la primavera in tavola?**

Pisellini, asparagi e zucchine sono i grandi protagonisti della tavola a primavera. Sono tra i prodotti più amati e consumati, ahimè, anche fuori stagione ma ora arriva il loro momento, in cui sono buoni, ricchi di proprietà e costano poco, quindi il mio consiglio è... abbuffatevi!

## **Con l'arrivo dell'estate arriva anche il grande caldo. Cosa mangiare per combatterlo?**

Tanta frutta e tanta verdura, che dovrebbero essere sempre alla base della nostra alimentazione, ma che con il caldo diventano prodotti ancora più necessari perché ricchi di acqua e vitamine che fanno tanto bene.

## **Quali sono i tuoi consigli per preparare aperitivi sfiziosi e saporiti senza rinunciare alla salute?**

Le ricette di questo Speciale Apericena di <Cotto e Mangiato> magazine vi permetteranno di preparare aperitivi sfiziosi e saporiti, senza rinunciare alla salute. Il problema degli aperitivi è che spesso sono *junk food*, ricchi di sale e magari comprati già fatti, che non fanno benissimo alla salute

e che saziano subito rovinando la cena. Per me il segreto per un apericena di successo è portare a tavola piattini che non siano *snack* ma preparazioni buone fredde, che possano essere preparate in anticipo e che sia possibile realizzare come *finger food*. Senza escludere nulla: anche il pesce, perfetto servito a polpette o a bocconcini, magari fritti, così come i dolci: dai *mignon*, alle *tartelette*, dai dolci al cucchiaio alla piccola pasticceria. Con piccole porzioni di tante cose si mette insieme l'atmosfera dell'aperitivo e si offre contemporaneamente l'opportunità di mangiare qualcosa di gustoso e sano come una cena.

## **Per organizzare un aperitivo in piedi, quali ricette è meglio evitare?**

Sicuramente le zuppe che sono meno pratiche e adatte alla stagione.

## **Quali bevande offiresti?**

Acqua, vino e birra. Per chi non beve alcolici, l'acqua aromatizzata può essere un'alternativa più allettante, ma anche estratti e centrifughe di frutta e verdura, fresche, dissetanti e ricche di tanti nutrienti.

## **Sull'allestimento della tavola hai qualche consiglio?**

Io adoro la semplicità ma di classe. Niente usa e getta anche se compostabili. Se uno non ha alternative, è sicuramente la scelta da preferire rispetto alla plastica ma è sempre un compromesso. Meglio piatti, bicchieri e posate vere, insieme a tovaglioli di tessuto. Insomma, poche cose ma tutte genuine.



# Tartellette

## di caponata



### ingredienti per 4 persone

pasta brisé pronta **1 rotolo da 230 g**  
cipolle di Tropea **50 g**  
melanzane **50 g**  
zucchine **50 g**  
gambo di sedano **½**  
polpa di pomodoro **20 g**  
pinoli **10 g**  
capperi **5 g**  
aceto bianco **10 ml**  
zucchero una punta di cucchiaino  
olio E.V.O.

**Foderate** degli stampini per *tartellette* con la pasta brisé e cuocete a 180°C per 10-15 minuti circa. Appena assumono un colore dorato sfornate.

**Tagliate** a fettine sottili le cipolle e a dadi le melanzane e le zucchine.

**Scaldate** abbondante olio in una padella, mettete le melanzane, aggiustate di sale e fatele dorare su tutti i lati, quindi scolatele e mettete su carta assorbente.

**Scaldate** nuovamente abbondante olio in una padella, mettete le zucchine, aggiustate di sale e fatele dorare, quindi scolatele e mettete su carta assorbente.

**Mettete** nella stessa padella la cipolla e rosolate.

**Aggiungete** il sedano, coprite e fate appassire a fuoco basso.

**Aggiungete** quindi il pomodoro,



aggiustate di sale e cuocete per 10 minuti. Unite infine i pinoli, i capperi, le melanzane e le zucchine.

**Cospargete** con zucchero, bagnate

con l'aceto e completate la cottura per altri 15 minuti a pentola semi coperta.

**Farcite** infine le tartellette con la caponata e servite.



# Bocconcini

SOLUZIONE IDEALE PER L'APERICENA, TANTO GUSTOSE QUANTO  
SCENOGRAFICHE, LE MONOPORZIONI SONO UN CONCENTRATO  
DI SAPORE, DA MANGIARE IN UN SOL BOCCONE!





## LE RICETTE

- MINI BLINIS CON SALMONE AFFUMICATO E "CAVIALE" DI APEROL
- ANGURIA ALLA GRIGLIA CON FETA
- MUFFIN SALATI CON POLLO, CURRY E OLIVE NERE
- BISCOTTI DI PARMIGIANO REGGIANO E HUMMUS DI ZUCCHINE
- GNUDI ALLA "PARMIGIANA DESTRUTTURATA"
- EMPANADAS AL TONNO
- BIGNÈ SALATO CON GUACAMOLE E VERDURE CROCCANTI
- SANDWICH DI CECINA CON PECORINO E CONFETTURA DI CIPOLLA
- KOROKKE GIAPPONESI CON MAIALE E MANZO
- GOLD BAGS THAIANDESI



## Mini blinis con salmone affumicato e "caviare" di Aperol



### ingredienti per 6-8 persone

#### per i blinis

latte **200 g**  
panna acida **200 g**  
lievito per torte salate  $\frac{1}{2}$  bustina  
farina di grano saraceno **80 gr**  
farina 0 **100 g**  
tuorli **2**  
zucchero **1 cucchiaino**  
olio E.V.O  
salmone affumicato qualche fettina  
sale  
fettine di limone e aneto fresco per decorare

#### per il "caviare" di Aperol

Aperol **180 ml**  
polvere di agar-agar **2 g**  
olio di semi di arachide  $\frac{1}{2}$  l  
zucchero di canna **50 g**

**Iniziate** dalla realizzazione del "caviare" di Aperol, ovvero piccole perle simili a uova di pesce, da realizzare in modo molto semplice seguendo il seguente procedimento: riempite un bicchiere alto e stretto con l'olio vegetale (più alto è il bicchiere meglio è perché le sfere hanno più tempo per formarsi correttamente e non ammassarsi alla base) e mettetelo nel congelatore per almeno 30 minuti.

**Mescolate** l'Aperol con l'agar-agar in una casseruola a fuoco alto e portate a ebollizione. Aggiungete lo zucchero di canna, mescolate e riportate a

ebollizione, mescolando. Togliete dal fuoco e lasciate riposare per qualche secondo.

**Prelevate** la miscela con un contagocce o una siringa senza ago e spremete piccole gocce nell'olio che avrete tolto dal congelatore.

**Filtrate** le perle ottenute attraverso un colino a maglie finissime per separarle dall'olio. Sciacquatele con acqua fredda per alcuni secondi per eliminare l'olio.

**Per preparare** i blinis, sciogliete il lievito nel latte, aggiungete 2 cucchiaini di panna acida e i tuorli. Mescolate bene con una frusta e aggiungete le farine setacciate, il sale, lo zucchero.

**Coprite** con la pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo per un'ora circa. Aggiungete gli albumi montati a neve al resto della pastella.

**Oliate** una padella antiaderente aiutandovi con un foglio di carta assorbente imbevuto d'olio (operazione da ripetere al termine della cottura di ogni dischetto), quindi, formate dei dischetti di circa 8 cm e cuocetene pochi per volta per circa un minuto, girate una sola volta e cuocete un altro minuto.

**Metteteli**, man mano che sono pronti, in un piatto coperto con un canovaccio per tenerli al caldo. Serviteli tiepidi con la panna acida rimasta, il salmone a pezzettini, pezzettini di cetriolo, fettine di limone, il "caviare" di Aperol e guarnite con aneto fresco.



### la variante:

invece della panna acida potete usare dello yogurt greco bianco intero o del formaggio spalmabile e al posto del caviare molecolare di Aperol delle uova di salmone, alle quali si ispira la nostra ricetta.



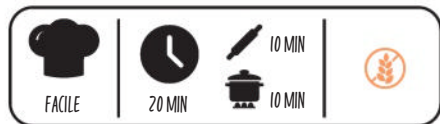


I *Blinis* sono delle morbide crespelle di origine russa che assomigliano ai *pancake*, solitamente accompagnati da salmone, panna acida e caviale. Si dice che la loro forma e il loro colore simboleggino il ritorno al sole ed è per questo motivo che in origine si preparavano negli ultimi giorni dell'anno





## Anguria alla griglia con feta



### ingredienti per 6-8 persone

anguria *baby* ½  
feta 150 g  
rucola  
succo di lime ½  
cipolla rossa affettata per decorare  
olio E.V.O  
sale  
pepe

**Tagliate** la frutta a fette spesse circa 1,5-2 cm e poi a triangoli (togliete eventualmente prima i semi, l'anguria *baby* ne ha pochissimi)

**Spennellate** con olio o poco burro fuso, aggiungete sale e pepe.

**Cuocete** su un *barbecue* o una griglia calda per circa 10 minuti, o coprite con alluminio e infornate in forno già caldo a 180°C per circa 20 minuti.

**Servite** le fettine tiepide o fredde,

accompagnate da feta sbriciolata, un'emulsione di lime e olio, su un letto di rucola e cipolla rossa sottilmente affettata.

### la variante:

Potete aromatizzare le fette di anguria prima della cottura spennellandole con un bicchierino di Marsala.





# Muffin salati

con pollo, curry  
e olive nere



## ingredienti per 12 muffin

petto di pollo **200 g**  
curry media piccantezza **1 cucchiaino**  
cipolla bianca o dorata **½**  
latte **5 cucchiaini**  
farina 00 **120 g** + per infarinare q.b.  
olive nere a fettine **1 manciata**  
uova **2**  
lievito per torte salate **½ bustina**  
olio E.V.O  
olio di semi **60 ml**  
latte **30 ml**  
yogurt bianco **100 g**  
foglie di basilico spezzettate **2-3**  
Parmigiano Reggiano grattugiato **40 g**  
sale

**Affettate** finemente la cipolla e fatela appassire in una padella antiaderente con poco olio, il *curry* e un pizzico di sale.

**Pulite** il petto di pollo, asciugatelo e tagliatelo a pezzetti molto piccoli, infarinateli scolando la farina in eccesso.

**Aggiungetelo** nella padella e amalgamate il tutto a fuoco vivace, quindi unite 2 cucchiaini di latte.

**Abbassate** la fiamma, regolate di sale e lasciate cuocere a fuoco basso per 10 minuti circa (non dovrà essere cremoso come da ricetta tradizionale perché andrà unito all'impasto dei muffin). Lasciate raffreddare.

**Mescolate** in una ciotola le uova, l'olio di semi, il latte rimasto e lo yogurt.

**Aggiungete** anche la farina setacciata, il lievito e il sale. Unite anche il pollo, il basilico, le olive e amalgamate il tutto.

**Versate** l'impasto nei pirottini imburrati inseriti all'interno degli stampini da muffin, fino a riempirli per  $\frac{3}{4}$ . Cospargeteli con il formaggio grattugiato.

**Infornate** in forno preriscaldato a 170°C per circa 15-20 minuti. Servite i muffin tiepidi.



## la variante:

Provate la cottura al vapore dei muffin, otterrete una consistenza diversa, umida e morbida. Vi serviranno degli stampini in silicone da spennellare con poco olio e non riempire oltre la metà. Cottura: in un tradizionale cestello di bambù sopra una pentola con acqua bollente o in una vaporiera per circa 35 minuti. Lasciate l'impasto un po' più morbido rispetto a quello per la cottura tradizionale, aggiungendo un paio di cucchiaini di latte o 1 albume sbattuto.



# Biscotti di Parmigiano Reggiano e Hummus di zucchini



## ingredienti per 10 biscotti

Parmigiano Reggiano  
grattugiato **100 g**  
pangrattato grossolano  
o pezzetti di crostini  
zucchine piccole **3**  
spicchio d'aglio  $\frac{1}{2}$  (facoltativo)  
fagioli cannellini cotti e scolati **100 g**  
*tahina* **2 cucchiaini abbondanti**  
succo di limone  $\frac{1}{2}$   
olio E.V.O  
sale

**Saltate** il pangrattato con pochissimo olio in una padella antiaderente calda e unitelo al formaggio. Ricoprite una teglia con carta forno e spennellatela leggermente con olio (è importante ungere la carta per far staccare meglio i dischetti).

**Inserite** con un cucchiaino un po' del composto di formaggio all'interno di un coppapasta o di un tagliabiscotti rotondo del diametro di 6-8 cm, avendo cura di non lasciare spazi; la superficie deve essere omogenea o rischiate che non risulti di spessore regolare e si possa rompere. Lo strato non deve essere troppo spesso ma nemmeno sottile circa 4-5 mm.

**Alzate** delicatamente la forma e procedete a preparare gli altri dischi. Formatene circa 20, fino a esaurimento del formaggio.

**Cuocete** i dischi in forno preriscaldato ventilato a 210°C per circa 5 minuti finché il formaggio sarà dorato e si formeranno delle piccole bolle. Sfornate i dischi e non toccateli finché si saranno raffreddati.

**Lavate** le zucchine, togliete le estremità, tagliatele a rondelline e cuocetele in una padella antiaderente con poco olio per circa 5 minuti, facendole "abbrustolire" lievemente.

**Frullate** le zucchine con un frullatore a immersione insieme ai fagioli, il limone e la *tahina* (consiglio: inserite il limone e la *tahina* un po' alla volta e assaggiate per regolare il sapore in base al vostro gusto). Regolate di sale.

**Componete** i vostri biscotti accorpando due dischetti di formaggio e mettendo all'interno un cucchiaino abbondante di hummus di zuccina (controllate la quantità di ripieno in modo che arrivi fino ai bordi ma senza eccedere una volta che avrete formato il biscotto).

**Lasciate** i biscotti almeno 30 minuti in frigorifero prima di servire.

## la variante:

Potete realizzarli anche in versione Lollipops, lasciandoli al naturale o aggiungendo sopra ogni *chips* dei semi oleosi "leggeri": lino, papavero, sesamo, chia e spezie a piacere (curcuma, paprika dolce ma anche cannella). Utilizzate dei bastoncini di legno o di plastica cartonata per la cottura in forno!







# Gnudi alla "Parmigiana destrutturata"



## ingredienti per 6-8 persone

ricotta vaccina **100 g**  
melanzane di media dimensione **2**  
olio E.V.O **1 cucchiaino**  
pane raffermo tipo toscano  
privato della crosta **1 fetta**  
farina **1 cucchiaino** + per infarinare  
Parmigiano Reggiano  
grattugiato **1 cucchiaino**  
passata di pomodoro **2 bicchieri**  
basilico  
aglio **1 spicchio**  
Pecorino Romano (o ricotta salata) **30 g**  
peperoncino q.b.  
sale  
pepe

**Sbucciate** le melanzane con un pelapatate, rimuovete sottilmente la buccia e tagliatele poi a julienne, tenendone 1/4 da parte.

**Bucherellate** con una forchetta e mettetele su una taglia coperta di carta forno, infornate per circa 20 minuti a 200°C (girandole a metà cottura).

**Tagliate** a piccoli cubetti il quarto di melanzana avanzato, infarinateli leggermente e cuoceteli in una padella antiaderente con poco olio per qualche minuto finché saranno dorati. Metteteli su un piatto coperto con carta assorbente.

**Fate** imbiondire l'aglio in poco olio, toglietelo, aggiungete la salsa di pomodoro, il sale e cuocete per mezz'ora. Quasi al termine della cottura aggiungete il basilico lavato e asciugato.

**Fate** leggermente intiepidire le melanzane strizzandole per eliminare l'acqua rilasciata in cottura e pesatele: una volta cotte dovrebbero corrispondere a circa 100 g. Mettetele in una ciotola con la ricotta e il pane. Frullate il tutto, aggiungete un cucchiaino d'olio, il cucchiaino di farina e quello di Parmigiano, quindi regolate di sale e pepe.

**Formate** delle piccole palline (grandi come una noce), infarinatete leggermente, spennellate con poco olio e cuocete in forno a 180° C per circa 15 minuti e dopo 10 minuti girateli.

**Servite** gli gnudi singoli o anche a gruppi di 3-5 in uno spiedino più lungo, accompagnandoli con la salsa di pomodoro servita in vasettini monoporzione guarniti con il formaggio sbriciolato e i cubetti di melanzana dorati, peperoncino e, a piacere, striscioline di buccia di melanzana fritta.



Gli gnudi sono un sostanzioso primo piatto della tradizione contadina maremmana: il ripieno dei ravioli ricotta e spinaci ma senza la pasta intorno. Si servono solitamente con burro, salvia e tanto formaggio grattugiato o con una semplice salsa pomodoro e basilico



## la variante:

Potete realizzare gli gnudi con le verdure di stagione che preferite: con zucchine e gamberi, asparagi, carciofi.











### la variante:

Per preparare l'impasto delle *empanadas* (circa 15) vi occorreranno: 430 g di farina 00, 200 ml di acqua, 80 grammi di olio e un pizzico di sale. Versate in una ciotola la farina con il sale, mescolate e aggiungete anche l'acqua un po' alla volta. Impastate fino a ottenere un panetto omogeneo, copritelo con pellicola trasparente e mettetelo in frigo per circa 30 minuti. Dividetelo poi in palle grandi circa come un pugno. Stendetelo su una spianatoia infarinata in dischi dello spessore di 3 mm circa.

## Empanadas al tonno



### ingredienti per 6-8 persone

pasta *brisé* 2 rotoli  
tonno in scatola sgocciolato 240 g  
peperone rosso grande 1  
uovo sodo 1  
uovo 1  
latte 1 cucchiaio  
pomodorini 8-10  
cipolla ½  
peperoncino a piacere  
prezzemolo qualche foglia  
olio E.V.O  
sale

**Pulite** il peperone facendo attenzione a privarlo dei semi interni e delle parti bianche. Tagliate la cipolla, i pomodorini e il peperone a piccoli pezzetti. Fate appassire la cipolla in una padella antiaderente con un filo d'olio.

**Aggiungete** i pomodorini e i peperoni, un pizzico di sale, il peperoncino e cuocete circa 15 minuti, mescolando ogni tanto finché non saranno cotti e l'acqua sarà evaporata. Aggiungete il tonno e l'uovo sodo sbriciolato.

**Mescolate** a fiamma bassa per qualche minuto, spegnete il fuoco e aggiungete il prezzemolo tritato. Aprite i rotoli di pasta *brisé* e ricavatene dei dischi di diametro 10-12 cm circa.

**Farcite** i dischi con il ripieno e richiudeteli a mezzaluna, sigillando bene i bordi con una forchetta o con la classica chiusura arrotondata.

**Spennellate** le empanadas con l'uovo sbattuto con il latte e disponetele su una teglia ricoperta di carta forno. Fatele cuocere in forno ventilato a 180°C per circa 15 minuti, fino a doratura.





Se non avete una tasca da pasticciere potete utilizzare un sacchetto alimentare con la chiusura scorrevole in alto, versarci la crema, chiuderlo, arrotolarlo come se fosse un cono e praticare un piccolo foro sulla punta.

## Bignè salato con guacamole e verdure croccanti



### ingredienti per 15 bignè

bignè salati pronti **15 circa**  
salsa guacamole **50 g**  
maionese **3 cucchiaini**  
yogurt bianco **3 cucchiaini**  
foglie di insalata q.b.  
pomodorini **10**  
cipolla di Tropea a fettine  
sottilissime (facoltativo)  
olio E.V.O  
sale

**Mettete** a mollo per pochi minuti la cipolla.

**Fate** un leggero foro con il manico di un cucchiaino sulla parte superiore dei *bignè* (potete anche

tagliarli a 2/3, lasciando la base più grande e la copertura, come fosse un "cappello", di circa 1/3).

**Preparate** la salsa mescolando guacamole, yogurt e maionese e regolate di sale.

**Riempite** di salsa una *sac à poche* a beccuccio piccolo (esistono in commercio quelli specifici da *bignè*) e spremetela dentro ai *bignè*.

**Lasciate** riposare almeno mezz'ora in frigo e fino al momento dell'utilizzo.

**Tagliate** in piccoli pezzi le verdure

pulite, conditele separatamente con olio e sale poco prima di aggiungerle ai *bignè* (rimarranno belle croccanti).

**Decorate** i *bignè* con le verdure e la cipolla sgocciolata e asciugata.



### la variante:

Potete realizzare un vassoio multi gusto con diverse tipologie di *bignè* salati: con una mousse di tonno, con formaggio spalmabile e pomodorini secchi, con robiola e acciughe.



# Sandwich di cecina

## con pecorino e confettura di cipolla



### ingredienti per 6-8 persone

acqua 1 l

farina di ceci 300 g

pecorino toscano poco stagionato

50 g circa

confettura di cipolla q.b.

olio E.V.O 4 cucchiai + per

spennellare

sale e pepe nero

**Versate** l'acqua in una ciotola capiente e aggiungete a pioggia la farina di ceci, l'olio e 2 pizzichi di sale, mescolando con una frusta. Lasciate riposare l'impasto almeno 30 minuti, girando ogni tanto il composto. Togliete l'eventuale schiumetta che si dovesse formare.

**Prendete** una teglia bassa (diametro 29 cm), spennellatela e coprite la base con un cerchio di carta forno, spennellate nuovamente con poco olio, bordi inclusi. Versatevi il composto fino

a raggiungere e non oltrepassare uno spessore di mezzo centimetro.

**Infornate** e lasciate cuocere circa 20 minuti a 200°C funzione ventilata, fino a quando sulla superficie si sarà formata una crosticina dorata. Se ciò non dovesse avvenire, azionate il grill a 250°C per pochi minuti, fino a doratura.

**Togliete** dal forno, spolverate di sale e fate intiepidire. Asciugatela bene con carta assorbente se risultasse unta e tagliatela in rettangolini o quadratini. Serviteli accoppiati con una fettina di pecorino e un cucchiaino di confettura di cipolla.

**Spolverate** a piacere con pepe nero macinato al momento.



In Toscana la chiamano "cecina", per il resto del mondo è nota invece come "farinata di ceci". Le due ricette sono praticamente identiche, ma seconda delle diverse zone, anche all'interno della stessa regione, la potrete trovare leggermente più bassa e più croccante fuori o leggermente più alta e morbida

### la variante:

Potete arricchire la pastella della cecina con i porri (la parte bianca, tagliata a fettine da saltare con poco olio e un cucchiaino di curcuma prima di aggiungerla al composto) oppure potete realizzare il famoso panino 5e5, tipico Livornese, con la cecina all'interno. Il nome deriva dalla consuetudine, in uso dalla metà del XX secolo, di chiedere al "Tortaio" (il venditore di Torta di ceci) 5 centesimi di pane e 5 centesimi di Torta. Di solito si usa inserire la cecina, condita con abbondante pepe nero macinato al momento, in una focaccia tonda o un panino tipo sfilatino.







# Korokke giapponesi

## con maiale e manzo



### ingredienti per 6-8 persone

patate **600 g**  
cipolla piccola **1**  
carne macinata mista  
(maiale e manzo) **300 g**  
olio E.V.O  
burro **30 g**  
sale  
pepe  
uova **3**  
farina 0 q.b.  
*panko* (o pangrattato)  
olio per friggere  
salsa *tonkatsu* per servire

**Sbucciate** le patate e fatele lessare in acqua leggermente salata oppure cuocetele nel microonde con la buccia, dopo averle coperte con un piatto e bucherellate con la forchetta, per 10 minuti.

**Tritate** la cipolla e fatela appassire in una padella a fuoco dolce con poco olio. Aggiungete la carne macinata e fatela rosolare (spezzettandola con una forchetta o un cucchiaino di legno). Cuocetela finché si è ritirata tutta l'acqua.

**Scolate** le patate, pelatele e passatele in uno schiacciapatate ancora calde. In una ciotola capiente aggiungete alle patate

schiate il burro a pezzetti, la carne, aggiustate di sale e di pepe, aggiungete un uovo.

**Mescolate** bene e formate delle polpette ovali.

**Sbattete** le altre 2 uova e passate ogni polpetta nella farina, poi nell'uovo sbattuto e poi nel *panko*.

**Friggetele** fino a doratura.

**Scolatele** su carta assorbente e servite le calde con la salsa *tonkatsu*.



Le korokke sono uno dei piatti che in Giappone non manca mai sulle tavole dei bambini. Amate da grandi e piccini, sono la versione giapponese delle nostre crocchette di patate. Arrivarono in Giappone dalla Francia a fine 1800 e furono subito elaborate secondo la maggior disponibilità degli ingredienti locali: patate e carne macinata in prevalenza. La ricetta originale non prevede aggiunta di formaggio, a differenza di quelle francesi, in quanto all'epoca in Giappone non era presente l'industria casearia e anche le tecniche di produzione artigianale non erano note

### la variante:

Potete realizzarle con verdure di stagione, con granchio al posto della carne oppure con la zucca kabocha.







Il panko è il pangrattato giapponese. È fatto con pane bianco senza crosta che viene lavorato e poi essiccato a fiocchi. Il risultato è un pangrattato più leggero, dalla consistenza più friabile e che assorbe meno olio rispetto al nostro





Le caramelline fritte thailandesi ricordano i più noti *wanton* cinesi, spesso serviti in una zuppa



Le Gold bags thailandesi possono anche essere preparate in anticipo e messe in frigo, coperte con alluminio. Potete poi lasciarle, una volta cotte, in forno a 60°C fino al momento di servirle

## Gold bags thailandesi



### ingredienti per 6-8 persone

sfoglia brik **2 fogli** (o **4 di pasta fillo**)  
gamberi **100 g**  
petto di pollo **100 g**  
lonza di maiale fresca **100 g**  
salsa d'ostrica **2 cucchiari**  
abbondanti (o salsa di soia)  
scalogno piccolo **1**  
spicchio d'aglio **1**  
erba cipollina  
anacardi **30 g**  
sale  
pepe bianco  
olio per friggere (di semi di arachide di preferenza)

**Bollite** i fili di erba cipollina pochi minuti in acqua (o la parte verde dei cipollotti che poi dividerete in striscioline per i nastri di chiusura). Scolateli, fate raffreddare e asciugateli.

**Frullate** bene il pollo con la lonza e i gamberi.

**Trasferite** il composto in una ciotolina e unitevi la salsa d'ostrica, lo scalogno e l'aglio tritati sottilissimi, un paio di ciufetti di erba cipollina a pezzetti piccoli, gli anacardi tritati, sale e pepe bianco.

**Tagliate** dei rettangoli di sfoglia brik di circa 7x10 cm e inumiditeli con acqua (aiutandovi con un foglio di carta assorbente bagnato, da passare delicatamente sopra la sfoglia) affinché i fogli non secchino. Se usate la pasta fillo,

accoppiate 2 fogli dopo aver spennellato la parte a contatto con dell'olio.

**Posizionate** al centro di ogni rettangolo un cucchiaino di composto e arrotolatelo come un fagottino, quindi chiudete con delicatezza con il filo di erba cipollina e mettete da parte fino a esaurimento ingredienti.

**Scaldare** l'olio e frigatele poche per volta, scolandole su carta assorbente. Servitele calde, accompagnate da una salsina agrodolce, agropiccante o di soia.



### la variante:

Vegetariana, da cuocere anche al vapore, con germogli di soia, piselli, zenzero grattugiato, alghe wakame e funghi champignon.



## Combinazione di suoli

I suoli del **Conegliano Valdobbiadene** hanno un'origine molto antica, che risale al sollevamento dei fondali marini e lacustri. Una parte delle colline è stata rimodellata dai ghiacciai delle Dolomiti, che hanno portato a valle vari sedimenti.

I suoli che ne derivano sono generalmente profondi, costituiti in prevalenza da terreni a tessitura fine, frammisti a inclusioni carbonatiche. Dove il ghiacciaio non ha agito, si sono mantenuti suoli di origine marina, composti di marne e arenarie, meno profondi e più filtranti. Ciò determina una diversità della struttura dei terreni che tracciano i profili delle colline, ora più ripidi, ora più dolci. Tutte le combinazioni di pendenza, esposizione e suolo rendono ogni microzona diversa, che darà quindi un vino con caratteristiche proprie.



*Consorzio di Tutela*



PROSECCO SUPERIORE  
DAL 1876





## SCUOLA DI CUCINA

### Pasticceria salata

La pasticceria salata nasce dalla fusione tra le rigorose tecniche di pasticceria dolce e gli ingredienti salati tipici della ristorazione.

Si è sviluppata negli ultimi decenni di pari passo con la moda dell'aperitivo e una richiesta sempre maggiore di brunch e light buffet per esigenze di lavoro.

Pizzette e sfoglie ripiene restano i grandi classici della pasticceria salata, ma quando l'estro incontra la tecnica nascono i "salatini" che assomigliano a piccola pasticceria e che racchiudono un'esplosione di gusto in un boccone!



La pasta choux (o *pâte à choux*) ha un nome francese ma è una creazione tutta italiana! È infatti un'invenzione del pasticcere Popelini, cuoco di Corte della Regina Caterina de Medici, che nel XVI secolo realizzò una torta partendo da una base di pasta cotta e asciugata sul fuoco, da qui la prima ipotesi di origine del nome: "*pâte à chaud*", ossia pasta a caldo, modificata poi in "*pâte à choux*"; la seconda ipotesi, forse la più allegra, è che prenda questo nome dalla parola "*choux*", cavolo in francese, per la somiglianza dei bigné ai cavolini di Bruxelles!

## INIZIAMO



1) **Mettete** in un tegame e portate a bollore l'acqua, il burro e il sale. Aggiungete quindi la farina in un colpo solo, cuocete a fuoco medio mescolando con un cucchiaio per 4-5 minuti, ottenendo così un impasto asciutto e omogeneo. Togliete dal fuoco e lasciate intiepidire.

2) **Aggiungete** all'impasto un uovo alla volta mescolando energicamente (aggiungete il successivo solo quando il primo è completamente assorbito).

3) **Inserite** l'impasto in una *sac à poche* con il beccuccio tondo, create delle palline del diametro di circa 2 cm su una teglia leggermente imburrata, distanziate di qualche centimetro per favorire la crescita.



4) **Schiacciate** con un cucchiaino bagnato le punte dei bigné per arrotondarle, spennellate con il tuorlo d'uovo allungato con qualche cucchiaio di acqua fredda e mettetle in forno statico già caldo a 200°C per 20-25 minuti, finché i bigné otterranno la loro classica doratura. Lasciateli raffreddare nel forno semi aperto per farli asciugare meglio.



5) **Ponete** nel forno caldo alla temperatura di 200°C i peperoni interi lavati; quando la pelle inizierà ad annerirsi, toglieteli e fateli intiepidire qualche minuto senza raffreddarli troppo, così, al momento di pelarli, la pellicina si toglierà più facilmente. Puliteli anche dai semi.

6) **Frullate** i peperoni e scaldare la purea ottenuta in un pentolino, aggiungete sale, pepe e la colla di pesce precedentemente ammorbidita in acqua fredda. Fate raffreddare il composto a temperatura ambiente, aggiungete il caprino e unite delicatamente in ultimo metà della panna ben montata (tenendo l'altra metà per la guarnizione). Lasciate raffreddare in frigorifero per 1 ora.



7) **Riempite** i bignè con la spuma di peperoni rossi utilizzando la *sac à poche* con una punta di diametro medio oppure, in mancanza di questa, tagliate il cappello dei bignè e riempiteli con un cucchiaino. Terminate la guarnizione con un ciuffo di panna montata, alcune bacche di pepe rosa e delle striscioline di erba cipollina.

## Bignè con spuma di peperoni rossi



### INGREDIENTI PER 30 BIGNÈ

#### PER LA PASTA CHOUX

farina 00 **200 g**  
burro **100 g**  
acqua **250 g**  
uova **5**  
sale **5 g**  
**1 tuorlo** per lucidare i bignè

#### PER LA SPUMA DI PEPERONI

peperoni rossi **300 g**  
caprino **80 g**  
panna fresca **120 ml**  
colla di pesce **10 g**  
erba cipollina **5 g**  
bacche di pepe rosa **5 g**  
sale e pepe







**Andrea Provenzani, titolare e chef executive del ristorante illibertymilano a Milano da quasi 34 anni è fedele all'idea di una cucina che accolga tradizione, semplicità e la valorizzazione di storici piatti regionali.**

([www.il-liberty.it](http://www.il-liberty.it))

Mia madre, era una "cuoca mancata" di Ferrara trasferitasi a Milano dopo la guerra. Per necessità ha fatto dei fornelli una virtù. Arrivando dall'Emilia Romagna, il fattore cibo era condizionante in una casa come la nostra, che diventava una sorta di meta enogastronomica per parenti e amici nei fine settimana scanditi da pasta all'uovo e altre prelibatezze. Tutto questo mi ha permesso di capire l'importanza della convivialità, del piacere di condivisione che il cibo trasmette. Completati gli studi, sono sparito dai radar andando via, destinazione Londra, per lavorare in un ambiente nuovo e multiculturale. Rientrato in Italia, sono finito a Panarea per nove mesi (eravamo sul finire degli anni '80 ed era una meta

# Andrea Provenzani

**Una cucina dinamica, fatta di sensazioni, percezioni e di godimento nel far star bene gli altri**

trendy all'epoca). Sicuramente il fatto di essere stato contaminato da diverse filosofie di cucina negli anni post-scuola mi ha consentito di vivere questo mondo in piena libertà. Poi questo condizionamento dell'indipendenza, dell'autonomia mi è rimasto. Illibertymilano, in questo senso, è diventato una sorta di laboratorio in cui coltivare una mia dimensione, permettendomi di maturare col passare degli anni.

La mia idea di cucina si ispira molto all'Italia popolare a tavola. Mi interessa molto la regionalità dei piatti, la diversa interpretazione di una ricetta e ho un debole per la cucina pugliese, siciliana (mi viene facile, mio padre era siciliano) e, naturalmente, emiliana. Ma a essere sinceri, è proprio l'Italia popolare a tavola che adoro, senza badare troppo ai confini territoriali. In questo, sono un "ingordo", perché trovo deliziose molte preparazioni liguri e piemontesi e mi viene l'acquolina in bocca per piatti della tradizione toscana o veneta. Perché limitarsi solo a una parte d'Italia quando si ha possibilità di attraversare tutto lo Stivale? La cucina nasce da contaminazioni, il segreto è quello di trovare la giusta evoluzione senza diventare troppo protagonisti. È la cucina la vera protagonista, non il cuoco. Questa è la mia scuola di pensiero. Una cucina dinamica, fatta di sensazioni e percezioni, di godimento nel far star bene gli altri. L'ospitalità è un concetto spesso sottovalutato, ma è qualcosa che coloro che fanno questo mestiere dovrebbero abbracciare in pieno: ogni chef do-

vrebbe amare l'idea di avere gente a tavola.

Dalla ricerca di un cibo adatto il più possibile alla condivisione, così come accade per l'antipasto. L'apericena ha in qualche modo sostituito quello che era l'antipasto di una volta, che fungeva da intro al pasto vero e proprio. In questo senso, via libera a pietanze saporite, capaci di stuzzicare l'appetito.

La mia proposta di apericena predilige sfiziosità e ricerca. La mia bruschetta di melanzane potrebbe rappresentare l'idea di uno snack da aperitivo dalla doppia consistenza: il morbido di una melanzana lavorata con ingredienti saporiti quali basilico e Parmigiano Reggiano e quel tocco di croccantezza dato dalla panatura ottenuta con il panko, mix che viene poi esaltato dall'abbinamento con pomodoro, ricotta e 'nduja. Uno dei miei must è poi la tartelletta, realizzata con squacquerone, mortadella e pistacchi di Rafadali. Più in generale, specie in un apericena, adoro i contrasti: il morbido e il croccante, l'amaro e il salato con il dolce. La bocca è come un software, con le sue papille gustative che solleciti in funzione di quello che vai a mangiare. Se avvicendi il crispy e il fondente, la nota dolce, quella aromatica e quella piccante, crei un sali e scendi di sapori irresistibile.

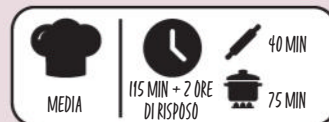
Un qualcosa di fritto, dorato e croccante, una proposta street food che predilige la qualità alla quantità e un cocktail con una nota alcolica, agrumata, acida, dall'azione sgrassante che ripulisce il palato, preparandolo a un secondo round.





I pomodorini *confit* si ottengono sbollentando in acqua i pomodori datterini per 10 secondi. Successivamente vengono raffreddati in acqua e ghiaccio, privati della pelle, stesi su una teglia e spolverati di zucchero a velo, sale e origano. Infine, vengono infornati per 1 ora a 80°C

## Bruschetta di melanzane, pomodoro, ricotta e basilico e 'nduja



### ingredienti per 4 persone

melanzane medie **3**  
pane sciapo **4 fette**  
tuorlo d'uovo **2**  
Parmigiano Reggiano **80 g**  
pangrattato **40 g**  
basilico **1 mazzetto**  
sale e pepe

### per la panatura

uova **1**  
farina 00 **50 g**  
panko **60 g**  
olio E.V.O.  
olio di semi di arachide

### per completare la bruschetta

ricotta fresca a latte misto **60 g**  
pomodorini confit **16**  
'nduja calabrese **40 g**  
basilico

**Ricavate** 8 fette spesse 1/2 cm tagliando una melanzana nel senso della lunghezza.

**Salate** entrambi i lati di ogni fetta

e fate scolare per 1 ora circa tamponando di tanto in tanto con carta assorbente per togliere l'acqua prodotta e il sale.

**Mettete** in forno le altre 2 melanzane a 190°C per 1 ora.

**Una volta cotte**, privatele della pelle abbrustolita e ricavate con l'aiuto di un cucchiaino la polpa della melanzana.

**Ponete** la polpa in un colino per 1 ora con un peso sopra per togliere l'acqua in eccesso.

**Affettate** grossolanamente la polpa di melanzane e versatela in un contenitore.

**Aggiungete** sale, pepe, basilico, i tuorli d'uovo e il pangrattato.

**Impastate** il tutto fino a ottenere

un composto uniforme che andrete a distribuire su 4 fette di melanzane.

**Coprite** a *sandwich* con le restanti 4 fette di melanzane e passatele con delicatezza nella farina, poi nell'uovo sbattuto e, per finire, nel panko. Fate dorare 4 fette di pane al forno.

**Scaldare** l'olio portandolo a una temperatura di 170°C e friggete da entrambi i lati le melanzane fino a ottenere una doratura uniforme.

**Prelevatele** con una schiumarola, salate leggermente la superficie e distribuite ogni fetta di melanzana su una bruschetta.

**Guarnite** poi con ricotta, pomodorini confit, basilico e 'nduja.



# Insalate in coppetta

FRESCHE, SANE E COLORATE. DALLE FAMOSISSIME E ORIENTALI *BOWL* ALLA PIÙ TRADIZIONALE INSALATA DI RISO. NON SOLO QUELLE DI VERDURE MA ANCHE LEGUMI E CEREALI A VOLONTÀ.

## LE RICETTE

- INSALATA DI QUINOA MESSICANA CON FAGIOLI MAIS E CORIANDOLO
- INSALATA DI TOFU CON SEMI DI SESAMO, ALBICOCHE E BAMBÙ
- INSALATA DI CECI CON POMODORINI, CETRIOLI, FETA, PREZZEMOLO, CIPOLLE E LIMONE
- INSALATA VEGETARIANA DI LEGUMI
- TRIS DI POKE: TONNO, SALMONE E GAMBERETTI
- POMODORI RIPIENI DI COUS COUS PICCANTE AGLI ANACARDI
- INSALATA DI RISO NEL MELONE
- GRANO SARACENO CON POMODORI, CAROTE, ZUCCHINE, PEPERONI GIALLI E BASILICO FRESCO









## Insalata di quinoa messicana *con fagioli mais e coriandolo*



### ingredienti per 6 persone

quinoa **300 g**  
avocado **1**  
mais **100 g**  
fagioli neri precotti **150 g**  
cipolla **1**  
coriandolo  
limone **1**  
sale  
peperoncino  
olio E.V.O

**Sciacquate** i fagioli e il mais sotto l'acqua corrente in modo da eliminare il liquido di conservazione.

**Metteteli** in una ciotola e aggiungete la cipolla tritata finemente e l'avocado tagliato a dadini.

**Portate** a ebollizione dell'acqua salata e versate la quinoa, precedentemente sgranata sotto l'acqua corrente e fatela cuocere per circa 20 minuti.

**Scolatela**, ponetela nella ciotola con gli altri ingredienti e mescolate bene in modo da amalgamare il tutto.

**Aggiustate** di sale e unite un pizzico di peperoncino.

**Impiattate** e completate con olio, succo di limone e del coriandolo.





## Insalata di tofu con semi di sesamo, albicocche e bambù

### ingredienti per 4 persone

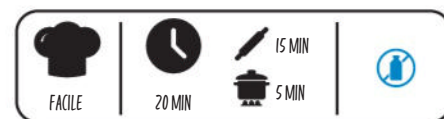
tofu 250 g  
insalata valeriana 300 g  
albicocche 8  
noci sgusciate 60 g  
germogli di bambù q.b.  
semi di sesamo  
timo fresco  
olio E.V.O.  
sale  
pepe nero macinato

**Lavate** l'insalata valeriana e ponetela in una ciotola.

**Lavate** le albicocche, privatele del nocciolo e tagliatele in 4 o più parti.

**Grigliate** i panetti di tofu per circa 2-3 minuti per lato, fateli raffreddare e tagliateli a cubetti.

**Condite** l'insalata valeriana con olio, sale, pepe nero e timo fresco a piacere.



**Unite** il tofu grigliato, le albicocche e infine le noci tritate grossolanamente.

**Aggiungete** a piacere i germogli di bambù e i semi di sesamo.







## Insalata di ceci con pomodorini, cetrioli, feta, prezzemolo, cipolle e limone

### ingredienti per 4 persone

ceci precotti 320 g  
cetrioli 150 g  
pomodorini 300 g  
feta 200 g  
cipolla di Tropea 100 g  
basilico fresco 20 g  
prezzemolo 1 ciuffo  
olio E.V.O. 50 ml  
limone 1  
sale  
pepe nero macinato

**Tagliate** i cetrioli in pezzetti e dividete in quattro spicchi i pomodorini; sbucciate e tagliate a metà la cipolla, poi mondatela.

**Lavate**, asciugate e mondate anche basilico e prezzemolo.

**Aggiungete** in una ciotolina olio, sale, pepe, succo di limone, basilico e prezzemolo e lasciate riposare.

**Sciacquate** i ceci precotti sotto l'acqua corrente in modo da eliminare il liquido di conservazione, poi versateli in una ciotola insieme alle verdure.

**Conditeli** con il mix di olio ed erbe aromatiche.

**Mescolate** bene e servite con la feta sbriciolata.





# Insalata vegetariana di legumi



## ingredienti per 4 persone

fagioli borlotti precotti 100 g  
fagioli rossi precotti 100 g  
ceci precotti 100 g  
cipolla di Tropea 1  
carota 1  
peperone verde 1  
gambo di sedano 1  
aceto di vino bianco q.b.  
sale  
pepe nero macinato  
olio E.V.O.  
prezzemolo tritato

**Sciacquate** i legumi sotto l'acqua corrente e lessateli in abbondante acqua calda per circa 15 minuti, poi lasciateli raffreddare.

**Lavate**, pulite e tagliate le verdure a piccoli tocchetti e fatele saltare in padella con un filo d'olio per 10 minuti.

**Aggiungete** i legumi a fine cottura, mescolate e fate insaporire.

**Condite** con olio, sale, pepe, prezzemolo e un filo di aceto di vino.

**Lasciate** insaporire l'insalata e poi servitela fredda.





Cotto e  
<mangiato>

# Tris di Poke



Di origine hawaiana, questo piatto è nato come spuntino dei pescatori che, al termine della pesca, tagliavano a pezzetti il pesce d'avanzo appena pescato, lo condividevano con sale marino e alghe e lo mangiavano con il riso



## Al tonno

### ingredienti per 2 persone

filetto di tonno **300 g**  
riso **150 g**  
aceto di riso **1 cucchiaino**  
salsa di soia **2 cucchiaini**  
avocado **1**  
cetriolo **1**  
ravanelli **4**  
insalata di alghe wakame q.b.  
alghe nori q.b.  
semi di sesamo bianchi e neri

**Sciagate** il riso sotto l'acqua corrente fredda.



**Portate** a bollire una pentola d'acqua e fate lessare il riso per 15 minuti, con il coperchio.

**Scolate** il riso e sgranatelo con una forchetta in una ciotola, condite con l'aceto di riso e mescolate.

**Versate** a parte la salsa di soia insieme ai semi di sesamo, mescolate.

**Tagliate** il tonno a fettine sottili e versatelo nella ciotola con la salsa di soia, lasciatelo marinare.

**Lavate** il cetriolo, eliminate le estremità e tagliatelo a rondelle sottili.

**Sbucciate** l'avocado, eliminate il nocciolo e tagliatelo a dadini.

**Prendete** una *bowl*, versate il riso, livellatelo, disponete l'insalata di alghe wakame, poi sistemate il tonno scolato dalla marinatura, il cetriolo, l'avocado a dadini e i ravanelli tagliati a fettine sottili.

**Concludete** con l'alga nori a striscioline.





Le quantità di Poke sono state pensate per servire le 3 porzioni contemporaneamente. Se volete proporle solo una, aumentate gli ingredienti proporzionalmente per il numero di invitati.



## Al salmone

### ingredienti per 2 persone

riso **150 g**  
filetto di salmone **300 g**  
avocado **1**  
salsa di soia **20 ml**  
olio di semi **15 ml**  
cetriolo **1**  
cavolo viola **¼**  
semi di sesamo bianco e nero  
insalata di alghe wakame q.b.  
alghe nori q.b.  
aceto di vino bianco **1 cucchiaino**  
zenzero grattugiato q.b.  
olio E.V.O.  
sale  
pepe nero

**Mescolate** in una ciotola la salsa di soia con l'olio di semi, l'aceto, i semi di sesamo e lo zenzero grattugiato.

**Versate** la marinata sul salmone tagliato a dadini e mescolate. Coprite con pellicola per alimenti e ponete in frigorifero per 10 minuti.

< INSALATE IN COPPETTA >



**Lessate** il riso in acqua bollente salata.

**Scolatelo**, fatelo raffreddare sotto acqua corrente e mettetelo da parte.

**Tagliate** a metà l'avocado, privatelo della buccia e del nocciolo, quindi riducetelo a tocchetti.

**Tagliate** il cetriolo a fettine sottili con il pelapatate e il cavolo viola a strisce molto sottili.

**Prendete** una ciotola, ponete all'interno il riso, adagiatevi sopra il salmone marinato da una parte, dall'altra mettete l'avocado, il cetriolo, il cavolo viola, l'insalata di alghe wakame e le alghe nori tagliate a striscioline.

**Completate** con il sesamo bianco e nero e, a piacere, irrorate d'olio, salate e pepate.

## Ai gamberetti

### ingredienti per 2 persone

riso **150 g**  
gamberetti **200 g**  
avocado **1**  
mango **1**  
ravanelli **4**  
semi di sesamo  
salsa di soia q.b.  
alga nori q.b.  
insalata di alghe wakame q.b.  
olio E.V.O.  
sale

**Lessate** il riso al dente, conditelo con salsa di soia e olio e fatelo raffreddare.

**Cuocete** i gamberetti al vapore per circa 3-4 minuti.

**Tagliate** il mango e l'avocado a dadini, e i ravanelli a rondelle sottili.

**Componete** la bowl mettendo alla base il riso, poi disponete i gamberetti, quindi unite il mango e

l'avocado a dadini, i ravanelli, l'alga nori e l'insalata di alghe wakame.

**Cospargete** di semi di sesamo e gustate.





## Pomodori ripieni *di cous cous piccante agli anacardi*

### ingredienti per 4 persone

pomodori ramati 4  
cous cous 120 g  
acqua 120 ml  
basilico  
olio E.V.O.  
anacardi 50 g  
sale  
pepe nero macinato  
peperoncino

**Versate** l'acqua in un pentolino e portatela a bollore.

**Mettete** il cous cous in una ciotola

capiente e irroratelo con l'acqua bollente, poi aggiungete il sale e l'olio.

**Mescolate**, coprite la ciotola con la pellicola e lasciate riposare per 10 minuti.

**Lavate** i pomodori, rimuovete la calotta e svuotateli con l'aiuto di un cucchiaino, conservando sia la polpa dei pomodori sia le calotte.

**Tritate** la polpa dei pomodori, trascorsi i minuti sgranate il cous

cous con una forchetta e unite la polpa tritata dei pomodori, le foglie di basilico spezzettate grossolanamente, poi mescolate bene per amalgamare tutti gli ingredienti.

**Preparate** un mix con anacardi tritati, peperoncino macinato, sale e pepe nero e aggiungetelo al cous cous.

**Riempite** i pomodori con il cous cous condito, ricoprite con le calotte e servite i deliziosi pomodori ripieni.







## ingredienti per 4 persone

**Fate** cuocere il riso al dente, in abbondante acqua salata per circa 15 minuti.

**Lavate** i peperoni, eliminate il picciolo e i semi, tagliateli prima a listarelle e poi a cubetti piccoli e poneteli in una ciotola capiente.

Unite il prosciutto cotto a cubetti, i frutti di capperi, le olive verdi, i peperoni e le palline di melone ricavate in precedenza.

**Scolate** il riso, lasciatelo raffreddare e poi versatelo nella ciotola del condimento, amalgamate in modo che gli ingredienti prendano sapore e salate se necessario. Insaporite con un filo d'olio e mescolate.

**Ponete** il riso all'interno del melone scavato. Decorate con palline di melone e foglie di menta fresca.

## ingredienti per 4 persone

**Sbucciate** la cipolla, pelate le carote, pulite i peperoni, lavate i pomodori e tagliateli in piccoli pezzetti.

tegame e mettetevi tutte le verdure, salatele, pepate e fate cuocere per circa 15 minuti, se necessario aggiungete un bicchiere d'acqua.

**Lessate** il grano saraceno in una pentola piena di acqua salata, seguendo i tempi di cottura indicati sulla confezione.

**Scolate** il grano al dente e unitelo alle verdure, fatelo saltare per un paio di minuti e poi servite l'insalata tiepida o a temperatura ambiente.

**Decorate** con foglie di basilico fresco.





# WHAT IS AVAXHOME?



# AVAXHOME-

the biggest Internet portal,  
providing you various content:  
brand new books, trending movies,  
fresh magazines, hot games,  
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site



# AVXLIVE .ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>



# Conegliano Valdobbiadene: dove il Prosecco è Superiore

## LO STILE ITALIANO DEL BERE, AMATO IN TUTTO IL MONDO

INFORMALE E RAFFINATO ALLO STESSO TEMPO, È UN VINO COLTIVATO DA SECOLI,  
TUTELATO DAL 1962 DAL CONSORZIO DI TUTELA DEL CONEGLIANO VALDOBBIADENE  
PROSECCO SUPERIORE DOCG E DIVENTATO ICONA DI ITALIANITÀ



### DENOMINAZIONE E CONSORZIO

Il Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG è prodotto sulle colline tra Conegliano e Valdobbiadene (TV) da più di tre secoli ed è tutelato dal 1962 dal Consorzio di Tutela del Conegliano Valdobbiadene Prosecco DOCG, che garantisce e controlla il rispetto del disciplinare di produzione del Prosecco Superiore DOCG. Il Consorzio, attualmente presieduto da





IL CONEGLIANO VALDOBBIADENE  
PROSECCO SUPERIORE È UNO SPUMANTE  
ITALIANO DALLA VITALE ELEGANZA  
E DAI PROFUMI FRUTTATI E FLOREALI

Elvira Bortolomiol, ha sede in località Solighetto a Pieve di Soligo, raggruppa 209 case spumantistiche, 432 vinificatori e 3400 famiglie di viticoltori impegnati nella produzione di Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore. Opera



principalmente in tre aree: la tutela e la promozione del prodotto, in Italia e all'estero, dove ne promuove la conoscenza attraverso attività di formazione, organizzazione di manifestazioni e relazioni con la stampa, mentre si occupa dell'assistenza tecnica rivolta ai consorziati, dal vigneto alla cantina. Formazione e innovazione continuano a venir garantite da centri d'eccellenza come la Scuola Enologica, il Polo Universitario, il Centro di Ricerca, che valorizzano la cultura del vino già radicata in questo territorio da secoli, e tutelano la tradizione che i viticoltori si sono tramandati di generazione in generazione, creando un sapere che è indistinto dai gesti,

PRODOTTO SULLE COLLINE  
TRA CONEGLIANO E VALDOBBIADENE  
HA OTTENUTO LA DENOMINAZIONE  
DI ORIGINE CONTROLLATA  
NEL 1969 E LA DENOMINAZIONE  
DI ORIGINE CONTROLLATA  
E GARANTITA NEL 2009





dallo sguardo e dalle parole delle persone. Infatti, in questa lunga storia, uomo e paesaggio si sono modellati a vicenda: il vignaiolo ha coltivato le colline assecondandone le forme naturali, ricamandone gli scoscesi pendii, mentre la ripidità delle colline ha imposto alle famiglie contadine una viticoltura "eroica", fatta di perizia manuale e fatica. Per ogni ettaro di vigneto collinare sono necessarie circa 600 ore di lavoro annue, a differenza delle 150 medie della pianura. Ciò ha fatto sì che la maggior parte delle aziende fosse di piccole dimensioni, spesso a livello familiare. Sono oltre 3000 infatti, i viticoltori che custodiscono il Conegliano Valdobbiadene.

### TERRITORIO

La sua storia inizia in una piccola area collinare del Nord Est d'Italia, tra due paesi chiamati Conegliano e Valdobbiadene, a circa 50 km da Venezia e 100 dalle Dolomiti.

Lo spumante prodotto sulle colline tra Conegliano e Valdobbiadene (TV) ha ottenuto la Denominazione di Origine Controllata nel 1969 e la Denominazione di Origine Controllata e Garantita nel 2009. Il territorio di produzione comprende 15 comuni: Conegliano, San Vendemiano, Colle Umberto, Vittorio Veneto, Tarzo, Cison di Valmarino, San Pietro di Feletto, Refrontolo, Susegana, Pieve di Soligo, Farra di Soligo, Follina, Miane, Vidor e Valdobbiadene. Le particolarissime forme che caratterizzano il paesaggio del Conegliano Valdobbiadene sono il felice risultato di un connubio, protrattosi per milioni di anni, tra i movimenti della crosta terrestre e le strutture geologiche presenti sul luogo. La posizione tra il mare e le Prealpi, inoltre, assicura un clima mite, con inverni non eccessivamente freddi ed estati calde ma non afose, caratterizzate da una ventilazione costante, garantita anche dall'altitudine (da 50 a 500 m) che a sua volta porta ad una discreta escursione termica.



Per la vite tutto ciò significa uve ricche di aromi, vigne ben irrigate ma senza ristagni, grazie alla naturale pendenza che drena l'acqua e alla brezza che asciuga in fretta.

Attraverso una storia straordinaria, il Conegliano Valdobbiadene ha costruito nel tempo il successo del Prosecco, creando uno stile Italiano del bere moderno, informale e allegro, amato non solo nel Belpaese. Il Conegliano Valdobbiadene Prosecco è ottenuto da una combinazione di vitigni coltivati localmente da secoli, di cui la varietà principale è la Glera, che dona ai vini una qualità contraddistinta da spiccate note

floreali e fruttate e che costituisce almeno l'85% dell'uvaggio base del Conegliano Valdobbiadene, ma fino ad un 15% sono permessi anche la Glera Lunga, il Verdiso, la Perera e la Bianchetta trevigiana, vitigni autoctoni, oltre alle varietà internazionali Pinot e Chardonnay. La tipologia simbolo del Conegliano Valdobbiadene è lo spumante che, per il suo carattere informale e raffinato, ha inaugurato un nuovo stile di bere. Quando è spumante, alla parola Prosecco si aggiunge l'aggettivo Superiore. Il Prosecco Superiore, a seconda del residuo zuccherino, può essere Extra Brut, Brut, Extra Dry e Dry.





*Consorzio di Tutela*



EXTRA BRUT è la versione più contemporanea, in linea con le tendenze internazionali che vanno verso un gusto sempre più secco. Esalta la vivacità e la fruttuosità delle uve e rende lo spumante deciso e di grande espressività territoriale. Asciutto in bocca, ma di grande intensità, che richiama le sensazioni olfattive. Si accompagna a crudité, ideale per primi di mare e di terra. BRUT incontra il gusto moderno e internazionale. Si caratterizza per profumi ricchi di sentori d'agrumi e di note vegetali, uniti a una bella e viva energia gustativa. Il fine perlage assicura la persistenza del sapore e la pulizia del palato. Si apprezza su

## < CONEGLIANO VALDOBBIADENE PROSECCO SUPERIORE DOCG >



Il Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG è ottenuto da una combinazione di vitigni coltivati localmente da secoli, di cui la varietà principale è la Glera.



Nei vigneti scoscesi del Conegliano Valdobbiadene, la vendemmia avviene quasi esclusivamente a mano, in alcuni punti la pendenza è tale da far considerare la vendemmia "eroica".



antipasti di pesce e verdure anche elaborati, primi con frutti di mare e piatti di pesce al forno o, com'è in uso nel territorio di produzione, a tutto pasto.

EXTRA DRY, il più tradizionale, combina l'aromaticità varietale con la sapidità esaltata dalle bollicine. Il colore è paglierino brillante ravvivato dal perlage. Fresco ed elegante, è ricco di profumi di frutta, mela, pera, con un sentore di agrumi che sfumano nel floreale. Il vino è morbido e al tempo stesso asciutto grazie ad un'acidità vivace. Ottimo come aperitivo, è ideale su minestre di legumi e frutti di mare, paste con delicati sughi di carne, formaggi freschi e carni bianche.

DRY, il più antico e oggi meno diffuso, che esalta il fruttato floreale. Presenta colore giallo paglierino scarico, profumo delicato, fruttato,



con sentori di agrumi, pesca bianca e mela verde, e gusto sapido, fresco, morbido al palato, grazie alla sua elegante nota abboccata.

Va servito, per mitigarne la dolcezza, molto fresco. Il Dry si adatta agli abbinamenti più particolari, con dolci a pasta secca o con i cibi piccanti della cucina fusion.

mente è stato messo a punto presso la Scuola Enologica di Conegliano, con il fondamentale contributo degli studi del prof. Tullio de Rosa, fino a diventare quello che è oggi, fiore all'occhiello della Denominazione, che ha reso il Conegliano Valdobbiadene il Primo Distretto Spumantistico d'Italia, e uno dei più celebri al mondo.

### LE RICETTE DA ABBINARE DA PAG. 48

#### IL METODO DI PRODUZIONE

Il metodo Conegliano Valdobbiadene è una rielaborazione del metodo italiano (o Martinotti, o Charmat), che permette di mantenere intatte freschezza, vitalità e quelle caratteristiche aromatiche che naturalmente caratterizzano il Prosecco Superiore, estraendo il massimo di tipicità che il territorio dona. Agli esordi della spumantizzazione, è stato interpretato in modo originale dai produttori locali, e successiva-

#### ATTIVITÀ E PROGETTI DEL CONSORZIO

Nel corso del 2022, 60esimo Anniversario del Consorzio del Conegliano Valdobbiadene Prosecco D.O.C.G., sono stati inaugurati due progetti (Green Academy e Wine Tourism Lab) quali nuovi strumenti strategici per gli associati, il territorio e la comunità.

**Green Academy** è un incubatore di ricerche, studi, contenuti e nuove idee per lavorare in modo sempre più strutturato, aggregato e concreto sul versante della sostenibilità del territorio, con uno sguardo rivolto al futuro e alla valorizzazione e conservazione dell'ambiente, del paesag-



Elvira Bortolomiol attualmente presiede il Consorzio con sede a Pieve di Soligo.



# Vino e territorio

## UN PATRIMONIO DA TUTELARE

209 CASE SPUMANTISTICHE,  
432 VINIFICATORI E 3400 FAMIGLIE  
DI VITICOLTORI IMPEGNATI NELLA  
PRODUZIONE DI CONEGLIANO  
VALDOBBIADENE PROSECCO SUPERIORE

gio e della viticoltura, anche e soprattutto in relazione al cambiamento climatico, per formulare dei modelli previsionali degli eventi atmosferici estremi che potranno verificarsi sulle colline nei prossimi decenni.

Tra i temi legati alla sostenibilità, la Green Academy focalizza l'attenzione sul recupero, conservazione, riuso delle acque piovane e sull'uso del suolo. Ulteriore obiettivo del Consorzio è coinvolgere le nuove generazioni cui sarà affidato il futuro di questa denominazione. Da qui nasce l'idea di **Wine Tourism Lab** con il duplice scopo di fungere da collante tra le diverse figure professionali del territorio e di creare nel contempo una maggior consapevolezza nei giovani delle più ampie opportunità che questo territorio offrirà nei prossimi anni. Non più solo vino, ma accanto ad esso anche paesaggio, bellezza, salubrità, food, tempo libero, natura, tutte voci che si fondono in una sola: enoturismo.

Il Consorzio si fa quindi promotore di attività volte alla valorizzazione del territorio anche attraverso percorsi culturali e di formazione, ponendo una visuale più ampia e lungimirante delle potenzialità della denominazione, consapevoli che Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG resterà sempre l'emblema di queste colline e da esso nasceranno nuove opportunità economiche.



Prosecco Superiore DOCG è tra i partner del Lagazuoi EXPO Dolomiti, un polo espositivo con mostre ed eventi nella stazione di arrivo della funivia Lagazuoi, a quota 2.732 metri. Le Dolomiti e le colline del Prosecco di Conegliano e Valdobbiadene sono entrambe Patrimonio dell'Umanità Unesco, che condividono la verticalità – le pareti scoscese delle vette, e dall'altro lato la coltivazione delle vigne sui versanti ripidi – e l'orgoglio delle comunità che mantengono la storia e la cultura del territorio, modellandolo e creando un unicum paesaggistico, e la fatica dell'uomo, che ha plasmato il paesaggio e dato vita a un prodotto unico che esprime una sintesi di natura, cultura e tradizione.

Il Consorzio di Tutela e Lagazuoi EXPO Dolomiti sono uniti anche dalla consapevolezza dei limiti fisici e ambientali: l'area di coltivazione del Conegliano Valdobbiadene ha raggiunto la sua massima estensione, e in modo analogo la montagna non può ampliare la superficie a disposizione. Per questo motivo entrambi investono in strategie di crescita qualitativa e non quantita-

tiva, per migliorare il valore reale e percepito dei loro prodotti.

Questa visione – e vocazione – viene portata avanti, sia nel mondo del Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG che a Lagazuoi EXPO Dolomiti, da imprenditori che sostengono un circolo virtuoso: il territorio – un complesso intreccio socio-economico, paesaggistico, ambientale, storico – crea un prodotto unico. Questo prodotto gioca un ruolo fondamentale nel garantire la permanenza delle comunità umane che abitano le colline di Conegliano Valdobbiadene come le valli di montagna: le stesse che hanno dato origine e impulso a questo modello, e che sono parte integrante dell'ecosistema. Questa storia viene raccontata attraverso il prodotto, che esprime una sintesi di natura, cultura e tradizione.

Questo percorso comune verso l'eccellenza ha avvicinato i due partner, che si sono legati per raggiungere insieme i medesimi obiettivi: sostenere le attività delle popolazioni residenti, riconoscendone il valore culturale e il potenziale innovativo.



# Apericena

## con il Conegliano Valdobbiadene DOCG

IL CONEGLIANO VALDOBBIADENE PROSECCO SUPERIORE DOCG, DA VERO AMBASCIATORE DEL PROPRIO TERRITORIO, NATURALMENTE SI SPOSA ANCHE CON I SAPORI TIPICI DELLA CUCINA LOCALE. ECCO SEI PREPARAZIONI CARATTERIZZATE DAI SAPORI E I PROFUMI ORIGINALI DELLE MATERIE PRIME LEGATE AL TERRITORIO, E VALORIZZATE DALLA PERSONALITÀ ELEGANTE E MAI INVASIVA DI QUESTO VINO.





## LE RICETTE

- CESTINI CROCCANTI DI GAMBERETTI
- POLPETTINE DI BACCALÀ MANTECATO
- CRACKER DI ASPARAGI DI BADOERE
- POLENTINE CON FUNGHI
- FRITTATA DI ERBE SPONTANEE
- CANTUCCI ALLE MANDORLE





Provateli con un Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. Extra Brut, asciutto in bocca, ma di grande intensità

## Cestini croccanti di gamberetti



### ingredienti per 12 cestini

cestini di frolla salata pronti (o vol au vent pronti) **12** - gamberetti puliti **200 g** - formaggio cremoso **100 g** - burro q.b. - scalogno  $\frac{1}{2}$  - prezzemolo q.b. - sale - pepe - cetriolo (opzionale)

**Fate** sciogliere in una padella il burro e aggiungete la cipolla finemente tritata. Fate soffriggere a fuoco medio-basso finché la cipolla diventa trasparente. Aggiungete i gamberetti alla padella e fateli cuocere per un paio di minuti finché diventano rosa. Mescolate a parte il formaggio cremoso con il prezzemolo fresco tritato, fino a ottenere un composto omogeneo. Aggiustate di sale e pepe a piacere, spegnete il fuoco e fate raffreddare.

**Posizionate** i cestini di frolla salata su una teglia rivestita di carta forno, e infornate in forno preriscaldato in funzione grill a 100°C per circa 5 minuti per renderli più croccanti.

**Sfornate** i cestini e riempiteli con il composto di gamberetti e formaggio. Guarnite con un po' di prezzemolo fresco e una fettina arrotolata di cetriolo.

## Polpettine di baccalà mantecato



### ingredienti per 4 persone

baccalà già ammollato e senza pelle **500 g** - patate **200 g** - uovo **1** - pangrattato **50 g** - Parmigiano Reggiano o Grana Padano grattugiato **50 g** - prezzemolo tritato q.b. - sale - pepe - olio E.V.O.

**Lessate** le patate in acqua salata fino a quando saranno morbide, poi sbucciatele e schiacciatele con una forchetta. Sgocciolate il baccalà e tritatelo finemente con un coltello.

**In una ciotola**, unite il baccalà tritato alle patate schiacciate, all'uovo, al pangrattato, al formaggio grattugiato e al prezzemolo tritato. Amalgamate bene tutti gli ingredienti e regolate di sale e pepe.

**Formate** delle polpettine di dimensioni regolari e disponetele su una teglia ricoperta di carta forno.

**Infornate** in forno caldo a 200°C per circa 20-25 minuti o fino a quando le polpettine saranno dorate e cotte al loro interno.

**Servite** le polpettine di baccalà mantecato calde o tiepide, accompagnatele, a piacere, da una maionese aromatizzata con l'aglio.



Provateli con un Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. Brut, il fine *perlage* assicura la persistenza del sapore e la pulizia del palato



Fresco, versatile e dalla moderata alcolicità, il Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. è divenuto celebre nel mondo come il re dell'aperitivo, rito che si è ormai diffuso a livello internazionale, affermando uno stile tipicamente italiano



# Cracker di Asparagi di Badoere



## ingredienti per 12 cracker

asparagi freschi verdi **1 mazzo** -  
pasta sfoglia **1 rotolo rettangolare**  
- uovo **1** - Parmigiano Reggiano  
o Grana Padano grattugiato **50 g** -  
sale - pepe - olio E.V.O. - semi  
di chia (opzionale)

**Pulite** gli asparagi eliminando la  
parte dura e legnosa e lavandoli  
accuratamente sotto acqua corrente.  
Metteteli a bollire una pentola  
d'acqua salata e cuocete gli  
asparagi per circa 5-6 minuti o fino  
a quando saranno morbidi, ma  
ancora croccanti. Scolateli e fateli  
raffreddare.

**Srotolate** la pasta sfoglia  
e stendetela su una teglia ricoperta  
di carta forno. Spennella la  
superficie della pasta sfoglia  
con l'uovo sbattuto e spolverate  
con il formaggio grattugiato.

**Adagiate** gli asparagi sulla pasta  
sfoglia in modo da coprirne l'intera  
superficie, lasciando distanziati.

**Ritagliate** un quadrato di sfoglia  
intorno a ogni asparago e  
avvolgeteli con la pasta sfoglia,  
formando una crosta intorno.

**Spennellate** la superficie della pasta  
sfoglia con un po' di olio e guarnite,  
a piacere, con i semi di chia.

**Infornate** in forno caldo a 200°C  
per circa 20-25 minuti o fino a  
quando la pasta sfoglia sarà dorata  
e croccante.

**Togliete** dal forno, lasciate  
raffreddare per qualche minuto  
e servite i cracker di asparagi caldi  
o tiepidi.



Provatevi con un Conegliano  
Valdobbiadene Prosecco  
Superiore DOCG Extra Dry,  
morbido e al tempo stesso  
asciutto grazie ad un'acidità  
vivace



L'Asparago di Badoere  
IGP si presenta in due  
tipologie: quella bian-  
ca con sfumature ro-  
sate, priva di fibrosità,  
dal sapore dolce, aro-  
ma lieve di legumi fre-  
schi con venature di  
amaro appena percet-  
tibili, e quella verde di  
un bel colore intenso  
brillante e sfumature  
violacee, dal sapore  
marcato, aroma frut-  
tato ed erbaceo



## Polentine con funghi



### ingredienti

farina di mais per polenta istantanea **250 g** - acqua **1 l** - funghi **200 g** - aglio **1 spicchio** - prezzemolo tritato q.b. - sale - pepe - olio E.V.O.

**Preparate** la polenta istantanea seguendo le istruzioni sulla confezione, versando la farina di mais a pioggia nell'acqua bollente, mescolando continuamente con una frusta per evitare la formazione di grumi.

**Versate** la polenta in una teglia rettangolare precedentemente oliata e livellate la superficie con una spatola bagnata in acqua fredda. Lasciate raffreddare a temperatura ambiente.

**Nel frattempo**, pulite i funghi con un panno umido e tagliateli a pezzetti. Fate rosolare uno spicchio d'aglio con un po' di olio e aggiungete i funghi.

**Cuocete** i funghi per circa 10-15 minuti o fino a quando saranno morbidi e dorati, regolando di sale e pepe. Togliete dal fuoco e aggiungete il prezzemolo tritato.

**Quando** la polenta si sarà raffreddata, tagliatela a fette o a quadrati e disponetela su una teglia ricoperta di carta forno. Adagiate i funghi sui pezzi di polenta, coprendoli bene.

**Infornate** in forno caldo a 180°C per circa 15-20 minuti o fino a quando la superficie delle polentine sarà dorata e croccante. Togliete dal forno e lasciate raffreddare per qualche minuto prima di servire.



Provatevi con un Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore D.O.C.G. Rive di Santo Stefano Brut, uno spumante che esprime l'essenza del territorio, mettendone in luce le diverse espressioni



Il termine "riva" indica, nella parlata locale, le pendici delle colline scoscese che caratterizzano il Conegliano Valdobbiadene. I Rive infatti vengono prodotti esclusivamente con uve provenienti da un unico Comune o frazione di esso; nella denominazione sono presenti 43 rive, ed ognuna di esse esprime una diversa peculiarità di suolo, esposizione e microclima





Sui Lieviti un'ulteriore tipologia di spumante che è stata inserita nel Disciplinare di Produzione nel 2019. I lieviti che danno il nome alla tipologia sono quelli ricaduti sul fondo della bottiglia, all'interno della quale avviene la rifermentazione, secondo l'antico metodo di spumantizzazione che oggi è sempre più ricercato dai consumatori più attratti dai prodotti di nicchia, più tradizionali. In bocca è corposo, fresco, grintoso



Provatela con un Conegliano Valdobbiadene Prosecco Superiore DOCG Sui Lieviti, uno spumante brioso con finissime bollicine e con una ruvidità di notevole appeal

## Cantucci alle mandorle

### ingredienti per 8 persone

farina 00 **330 g** - zucchero **150 g** - burro **50 g** - uova **3** - mandorle con la buccia **100 g** - lievito  $\frac{1}{2}$  bustina (**8 g**)

**Unite** tutti gli ingredienti, tranne 1 tuorlo e le mandorle, in una capiente ciotola e impastate fino a ottenere un composto sodo ed omogeneo, aggiungendo farina se risultasse troppo morbido. Unite infine anche le mandorle intere.

**Con le mani umide**, formate tre filoni di impasto e disponeteli, ben distanziati, su una teglia ricoperta con carta forno unta.

**Con il tuorlo** avanzato spennellate la superficie dei filoncini e infornate in forno già caldo a 180°C per una ventina di minuti circa.

**Estraete** dal forno la teglia e trasferite delicatamente i filoncini su un tagliere e, con un coltello a lama alta, tagliate ogni filone in fettine, che saranno i biscotti.



Il Cartizze proviene da una piccolissima area che dona al vino caratteristiche uniche. Dal colore giallo paglierino con luminosi riflessi, è caratterizzato da una complessità di profumi, che richiamano frutti dalla polpa bianca come la mela e la pera, gli agrumi, l'intensità della pesca e dell'albicocca, toccando sentori di rosa, con una nota di mandorla nel retrogusto

## Frittata di erbe spontanee



### ingredienti per 6 porzioni

uova **6** - erbe spontanee primaverili **1 mazzetto** - aglio **1 spicchio** - formaggio grattugiato (pecorino, Parmigiano, etc.) **50 g** - sale - pepe - olio E.V.O.

**Lavate** e tritate finemente le erbe spontanee e lo spicchio d'aglio. In una ciotola, sbattete le uova con una forchetta o una frusta, aggiungendo un pizzico di sale e pepe. Aggiungete le erbe tritate alle uova e mescolate bene. Unite anche il formaggio grattugiato e mescolate ancora.

**In una padella** antiaderente, riscaldare un po' di olio a fuoco medio-alto. Versate il composto di uova ed erbe nella padella e livellate la superficie con una spatola.

**Cuocete** la frittata per circa 5-7 minuti o fino a quando la base sarà dorata.

**Con l'aiuto** di un coperchio o di un piatto, girate la frittata dall'altro lato e cuocete per altri 3-4 minuti.

**Togliete** la frittata dalla padella e trasferitela su un piatto da portata. Lasciate raffreddare per qualche minuto prima di tagliare a spicchi e servire.



Provateli con un Valdobbiadene Superiore di Cartizze DOCG Dry dal sapore armonico ed elegante, di grande morbidezza e freschezza, sostenuto da un perlage leggero e fine





# Frittini

È SEMPRE L'ORA DI UN BUON FRITTO MISTO, CHE SIA DI CARNE, COME QUELLO ALLA PIEMONTESE, DI PESCE O DI VERDURA... ECCO LE NOSTRE PROPOSTE PER UN CROCCANTE E SFIZIOSO APERITIVO!

## LE RICETTE

- COZZE FRITTE ALLA PUGLIESE
- FRITTO MISTO ALLA PIEMONTESE
- FRITTO MISTO DI PESCE
- HUSH PUPPIES (FRITTELLE DI MAIS DEL SUD DEGLI STATI UNITI)
- FRITTO MISTO DI VERDURE
- FIORI DI ZUCCA/ZUCCHINA RIPIENI FRITTI
- SAGANAKI (FETA FRITTA)

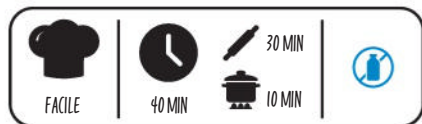








## Cozze fritte pugliesi



### ingredienti per 6 persone

cozze **500 g**

farina 00 **50 g**

uova **2**

prezzemolo o altri aromi a piacere

pangrattato q.b.

olio E.V.O.

sale

pepe nero

**Aperte** le cozze con un coltellino, prelevate il frutto dalle valve ed eliminate i gusci conservandone qualcuno per la decorazione del piatto.

**Lavate** i frutti estratti dai gusci con acqua corrente e asciugateli delicatamente con un panno da cucina pulito.

**Disponete** la farina in un contenitore, immergete i molluschi, eliminate la farina in eccesso con un setaccio.

**Sbattete** le uova in un contenitore, regolate di sale, pepe e aggiungete prezzemolo, poi passate le cozze precedentemente infarinate, prima nelle uova e infine nel pangrattato.

**Scaldare** abbondante olio in una padella dai bordi alti e, una volta caldo, tuffatevi le cozze.

**Friggetele** fino a doratura, estraetele con una schiumarola e ponetele su carta assorbente da cucina.

**Salate** e servite subito.











## Fritto misto di pesce



### ingredienti per 4 persone

gamberetti rossi **16**  
sardine **16**  
moscardini **200 g**  
anelli di calamari **300 g**  
merluzzetti **5**  
sale  
olio di semi di arachide q.b.  
**per la pastella alla birra**  
birra scura **200 ml**  
farina 00 **150 g**  
uovo **1** (opzionale)  
sale  
pepe nero macinato

**Passate** i pesci sotto l'acqua corrente e puliteli con cura.

**Scaldare** abbondante olio alla temperatura di 180°C in un tegame.

**Preparate** la pastella sbattendo la birra con la farina e 1 uovo se lo desiderate.

**Insaporite** con un pizzico di sale e pepe nero.

**Immergete** i pesci nella pastella, lasciate scolare quella in eccesso e tuffateli nell'olio caldo, pochi alla volta.

**Attendete** alcuni minuti e, quando sono dorati, scolateli e poneteli su un vassoio ricoperto di carta assorbente o per fritti.

**Servite** il fritto misto di pesce ancora caldo con spicchi di limone.



# Fritto Misto alla piemontese



## ingredienti per 4 persone

semolino **250 g**  
latte **1 l**  
scorza grattugiata di limone **1**  
fegato di vitello **200 g**  
salsiccia **200 g**  
cervella **200 g**  
animelle **200 g**  
petto di pollo **200 g**  
fiori di zucchine **12**  
zucchero semolato **60 g**  
mele **2**  
amaretti **10**  
olio di semi **1 l**  
burro **100 g**  
uova **4**  
pangrattato q.b.  
acqua frizzante q.b.  
farina 00 q.b.

**Portate** a ebollizione in un pentolino

il latte con la scorza grattugiata del limone.

**Versate** lentamente il semolino, mescolando sempre per evitare la formazione dei grumi, e una volta pronto unite lo zucchero semolato, amalgamate bene e poi stendete il semolino in una teglia, livellando la superficie.

**Lasciatelo** raffreddare e poi tagliatelo in pezzetti.

## Per la carne e i fiori di zucchine

**Tagliate** tutta la carne a tocchetti.

**Passatela** nella farina, insieme al semolino e ai fiori di zuccina puliti, poi nelle uova leggermente sbattute e infine nel pangrattato.

**Premete** bene per far aderire l'impanatura e friggete in una padella con olio ben caldo.

## Per le mele e gli amaretti

**Sbucciate** le mele, togliete il torsolo e tagliatele a fettine.

**Mescolate** in una ciotola con la frusta due cucchiai di farina e l'acqua frizzante, fino a formare una pastella abbastanza densa.

**Immergetevi** le fette di mela e gli amaretti e poi friggete anch'essi nell'olio caldo.

Una volta che tutto sarà fritto, trasferite su un piatto da portata ricoperto di carta assorbente.

**Servite** subito.





## Hush Puppies

(frittelle di  
mais del Sud  
degli Stati Uniti)



### ingredienti per 4 persone

farina di mais gialla **220 g**

farina 00 **70 g**

lievito per torte salate **2 cucchiaini**

sale **1 cucchiaino**

cipolla finemente tritata **1**

latte **180 ml**

uovo **1**

olio di semi d'arachide q.b.

**Mettete** gli ingredienti secchi in una terrina e mescolate.

**Aggiungete** la cipolla, poi versate il latte e infine l'uovo. Amalgamate bene.

**Scaldare** l'olio in una padella dai bordi alti, e una volta caldo, fate cadere un cucchiaio di composto alla volta e friggete le frittelle fino a quando saranno ben dorate.

**Fatele** scolare su carta assorbente da cucina e servitele calde.





## La viticoltura eroica

In questa lunga storia, uomo e paesaggio si sono modellati a vicenda: il vignaiolo ha coltivato le colline assecondandone le forme naturali, ricamandone gli scoscesi pendii, mentre la ripidità delle colline ha imposto alle famiglie, custodi di questo paesaggio, una viticoltura "eroica", fatta di perizia manuale e fatica.

Consorzio di Tutela



PROSECCO SUPERIORE  
DAL 1876





## Fritto misto di verdure



### ingredienti per 6 persone

cavolfiore 1  
carciofi 4  
patate 3  
fiori di zucchine 3  
rosmarino q.b.  
carote 3  
peperone 1  
sale fino q.b.  
pepe nero q.b.  
farina 00 70 g  
limone ½  
sale

### per la pastella

farina 370 g  
acqua 550 ml  
sale

### per friggere

olio di semi di arachide q.b.

**Lavate**, pulite e tagliate a tocchetti o fettine le verdure.

**Ponete** i carciofi in acqua e limone per evitare che anneriscano.

**Cuocete** in acqua bollente il cavolfiore per 5 minuti e le patate per 10.

### Per la pastella

**Versate** in una ciotola l'acqua e aggiungete, poco alla volta, la farina mescolando con una frusta in modo che non si formino grumi.

**Lasciate** riposare la pastella in frigorifero per circa 30 minuti.

**Ponete** sul fuoco un'ampia padella con abbondante olio di semi e, non appena l'olio sarà caldo, iniziate a friggere le verdure intingendole prima nella pastella.

**Appena** cominceranno a dorarsi, estraete le verdure con una schiumarola e ponetele su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso. Servite caldo.





# Fiori di zucca o zucchina ripieni fritti

## ingredienti per 6 persone per i fiori

fiori di zucca/zucchina 24  
mozzarella fiordilatte 200 g  
acciughe dissalate 12  
olio di semi di arachide q.b.

## per la pastella alla birra

farina 00 130 g  
uova 2  
birra chiara 200 ml  
olio E.V.O. cucchiaini 2  
sale

## Per i fiori

**Pulite** delicatamente i fiori, rimuovendo il pistillo interno e cercando di lasciare il fiore intatto.

**Lavate** i fiori con un panno umido, facendo attenzione a non romperli.

**Tagliate** la mozzarella a dadini e i filetti di acciuga in pezzetti, riempiate ogni fiore con mozzarella e acciughe e chiudete l'estremità, in modo da non far fuoriuscire il ripieno.

## Per la pastella e la frittura

**Sbattete** insieme tutti gli ingredienti per ottenere una pastella liscia

e senza grumi, poi immergetevi rapidamente un fiore alla volta e tuffatelo in un tegame con abbondante olio bollente.

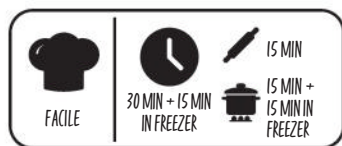
**Friggete** pochi fiori alla volta fino a quando saranno ben dorati, quindi prelevateli con una schiumarola e trasferiteli su carta assorbente.

**Servite** i fiori immediatamente, ancora caldi e croccanti.





## Saganaki (feta fritta)



### ingredienti per 2-4 persone

feta 400 g

farina 00 200 g

acqua frizzante ghiacciata 400 ml

uova 2

sale

olio di semi di arachide q.b.

**Mettete** la feta in uno scolapasta e lasciatela sgocciolare in modo che perda il liquido di conservazione.

**Avvolgete** la feta in un foglio di alluminio e mettetela nel freezer per 15 minuti.

**Preparate** la pastella: setacciate la farina, sbattete le uova e versate l'acqua frizzante ghiacciata, poi incorporate lentamente la farina e mescolate.

**Dovrete** ottenere un composto liscio e senza grumi.

**Scaldare** l'olio in una padella, togliete la feta dal freezer, intingetela nella pastella e friggetela nell'olio bollente fino a doratura.

**Adagiate** su carta assorbente da cucina e servite.











SCUOLA DI  
CUCINA

## La pastella

La pastella è l'elemento caratterizzante del fritto, serve a non far impregnare il cibo di olio e a dare croccantezza e gusto al boccone. La pastella classica è di origine siciliana e forse è stata importata durante le dominazioni spagnole. Si fonda su due elementi base: la farina e l'acqua.

La giusta proporzione è affidata all'occhio: deve essere abbastanza densa, in modo che ricopra interamente il cibo senza però disperdersi nell'olio di frittura; la temperatura è importantissima: la parte liquida, che sia acqua o altro, deve essere molto fredda per assicurare un risultato croccante e leggero.

Per la parte liquida si utilizza acqua, liscia o frizzante, che a piacere può essere arricchita di vino, birra o latte.

Per la parte farinosa si usano tutte le diverse farine in commercio, a cui aggiungere, a piacere, spezie, uova, lievito, bicarbonato...

INIZIAMO



- 1) **Preparate** la pastella miscelando la farina all'acqua, facendo attenzione a eliminare tutti i grumi, quindi aggiungete il Parmigiano Reggiano grattugiato, 4 foglie di salvia sminuzzata e il pepe.
- 2) **Mettete** 16 foglie di salvia in un pentolino leggermente unto e soffriggetele a fuoco medio per pochi minuti, toglietele dal fuoco e lasciatele raffreddare su un foglio di carta assorbente.



### LA TEMPURA

Importata dall'Oriente, la *tempura* è una pastella realizzata con un impasto a base di farina 00, farina di riso e acqua frizzante ghiacciata, a cui vengono aggiunti cubetti di ghiaccio per mantenere il composto molto freddo: lo *shock* termico tra la pastella freddissima nell'olio bollente dona il tipico aspetto friabile alla *tempura*



3) **Sbucciate** le mele, togliete il torsolo, tagliatele a rondelle dell'altezza di 1 cm e salatele leggermente.



4) **Intingete** le rondelle di mele nella pastella in modo che siano coperte su tutti i lati.

5) **Portate** la temperatura dell'olio di semi di arachide a 190°C e friggete le rondelle di mela poche alla volta per 4-5 minuti. Quando la pastella è dorata togliete le rondelle di mela dal tegame con l'aiuto di una schiumarola e mettetele 1 minuto sulla carta assorbente in modo che rilascino l'olio in esubero.

6) **Posizionate** le rondelle di mela su un piatto da portata caldo, aggiungete una fetta di lardo e una foglia di salvia soffritta, quindi servite subito.



## Rondella di mela

in pastella con lardo di colonnata



### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

mele renette **4**  
lardo di colonnata **16 fette**  
farina 00 **60 g**  
acqua frizzante ghiacciata **80 ml**  
Parmigiano Reggiano grattugiato **20 g**  
salvia **20 foglie**  
olio di semi di arachide **400 ml**  
sale e pepe



Per ottenere una frittura perfetta è necessario, oltre a una pastella ben realizzata, friggere il cibo nella maniera corretta: solamente immergendo il boccone in un grasso ad alta temperatura la pastella risulterà croccante, leggera e non unta; se invece la temperatura è bassa, la pastella risulterà imbevuta di olio, morbida e spugnosa. Per evitare che l'olio abbassi drasticamente la sua temperatura è consigliabile immergere poche porzioni alla volta





Cuoco, conduttore televisivo e ristoratore Andrea Mainardi ha lavorato per 3 anni nella brigata di Gualtiero Marchesi al Ristorante Albereta con lo chef Andrea Berton. A marzo 2010 apre a Brescia il suo ristorante: **Officina Cucina**, con un solo tavolo che può ospitare fino a 10 persone. Nel 2012 nell'East Side di New York apre The Bowery Kitchen, ristorante-bar dove vengono proposti piatti e vini tipici italiani. Da maggio 2019 lavora con Tessa Gelisio a <Cotto e Mangiato> su Italia 1.

Instagram [andreainardiofficial](#)

Facebook [Andrea Mainardi Official](#)

# Le ricette dello chef

## ANDREA MAINARDI

**Una torta che utilizza l'amaro del cacao per esaltare il gusto della carne e crocchette fritte che rivelano un cuore morbido ma ricco di sapore. Il nostro chef Andrea Mainardi dà un tocco magico all'aperitivo!**

### Frolla

**con tritato  
e cacao amaro**



### ingredienti per 2 persone

rotolo di pasta sfoglia 1  
cipolla ½  
carne di manzo macinata 200 g  
granella di mandorle 40 g  
cucchiaino di cacao amaro 1  
olio  
sale e pepe

**Rosolate** in una padella antiaderente la cipolla tagliata finemente, aggiungete la carne macinata e portatela a cottura.

**Aggiungete**, quando la carne sarà cotta, la granella di mandorle e il cacao amaro, rimescolate fino a rendere il composto omogeneo e aggiustate di sale e pepe. Lasciate cuocere per qualche minuto ancora e, infine, lasciate intiepidire il condimento.

**Foderate** una teglia con la pasta frolla, versate il condimento al suo interno, livellatelo con una forchetta e cuocete in forno preriscaldato a 200°C per circa 20 minuti.



*Il tocco magico  
di Mainardi*

Fai un bel ragù come da ricetta... poi però mettilo in piccolissime casseruole e pennella il bordo con l'uovo sbattuto. Fai aderire la pasta sfoglia come coperchio e inforna a 220°C per 15 minuti. Un bellissimo ingresso per un aperitivo speciale.





*Il tocco magico  
di Mainardi*

Il composto ancora caldo è facilmente lavorabile: stendetelo tra due fogli di carta da forno e con il mattarello create un velo sottilissimo. Infornate a 160°C per 20 minuti: spaccate i fogli croccanti con le mani, ed ecco delle "patatine" per l'aperitivo.

# Crocchette di latte

## ingredienti per 2 persone

latte **500 ml**  
burro **40 g**  
farina **100 g**  
Parmigiano Reggiano grattugiato **30 g**  
uovo **1**  
pangrattato q.b.  
sale  
olio di semi per friggere

**Preparate** una besciamella molto densa: in un tegame capiente fate sciogliere il burro e aggiungete la farina. Lasciateli sul fuoco per qualche minuto fin quando non si formerà una pasta soda che si stacca dai bordi del tegame.

**Aggiungete** il latte tutto in una volta e, con l'aiuto di una frusta, sciogliete tutti i grumi.

**Aggiungete** un pizzico di sale e portate a ebollizione, ricordandovi di rimescolare di quando in quando per evitare di far attaccare la besciamella al fondo.

**Abbassate** la fiamma al minimo appena inizia il bollore e, sempre rimescolando, attendete che la besciamella si indurisca.

**Stendete** un foglio di carta da forno su un ripiano e versateci la besciamella, quindi ricoprite con un altro foglio di carta da forno e, con

l'aiuto di un mattarello, stendete la besciamella fino a ottenere uno spessore di circa 1 cm. Eliminate lo strato di carta superiore.

**Lasciatela** raffreddare in modo che rapprenda e, a questo punto, con un coltello praticate dei tagli verticali e orizzontali creando così dei rettangoli di dimensioni uniformi.

**Lasciate** la besciamella a indurirsi per alcune ore.

**Passate** quindi i rettangoli di besciamella prima nell'uovo sbattuto e poi nel pangrattato, quindi friggete in abbondante olio di semi.





# Cibi di strada

CONVIVIALITÀ E SCOPERTA DEL TERRITORIO: ECCO 8 RICETTE STREET  
FOOD (DA TUTTO IL MONDO) PER UN'APERICENA INTRIGANTE, ANIMATA  
DAI CONTRASTI DI SAPORE E REALIZZATA CON SEMPLICITÀ STRIZZANDO  
L'OCCHIO ALLA TRADIZIONE





## LE RICETTE

- ARANCINE
- SCIACCA RAGUSANA A FETTE
- FRITTATINE DI PASTA NAPOLETANE
- MINI BURRITOS
- FOLPETTI SERVITI SU CROSTONE
- KEBAB ALL'ITALIANA
- FALAFEL ARCOBALENO AL FORNO





# Arancine

## ingredienti per circa 20 arancine

### per il riso

riso (Roma, originario o ribe) cotto  
al dente con brodo vegetale  
e zafferano 1 kg

### per il ragù

macinato bovino 250 g  
macinato suino 250 g  
cipolla 1  
caciocavallo a cubetti 200 g  
carota 1  
sedano 1 gambo  
alloro 2 foglie  
chiodi di garofano in polvere  
1 pizzico  
vino bianco 1/2 bicchiere  
concentrato di pomodoro 2 cucchiari  
piselli 200 g  
olio E.V.O.  
sale  
pepe

### per la panatura

farina 2 bicchieri  
acqua 2 bicchieri  
uovo 1  
pangrattato  
olio di semi per friggere

**Mondate** la carota, il sedano e la  
cipolla e tritateli molto finemente.

**Fateli** soffriggere per pochi minuti  
in una pentola capiente con olio,  
aggiungete le carni macinate e  
rosolate per qualche minuto.

**Unite** i piselli e amalgamate il  
tutto. Sfumate con il vino e lasciate  
asciugare.

**Sciogliete** il concentrato di pomo-  
doro in un bicchiere di acqua e  
versatelo nella pentola.

**Incorporate** l'alloro e i chiodi di  
garofano in polvere, regolate di sale  
e pepe, quindi coprite e lasciate cuo-  
cere a fiamma bassa per almeno 1  
ora e 10 minuti aggiungendo qualche  
mestolo di acqua calda se occorre.

**Eliminate** a cottura ultimata le  
foglie di alloro e aggiungete il  
caciocavallo a cubetti, mescolando  
per bene.

**Controllate** che il riso e il ragù sia-  
no completamente freddi e iniziate  
la composizione dell'arancina.

**Prelevate** un pugno di riso e  
schiacciatelo sul palmo della mano  
formando una conca, riempiendola  
con due cucchiaini di ragù.

**Chiudete** l'arancina modellandola  
a vostro piacimento, dandogli una  
forma sferica o la classica forma  
conica.

**Distribuite** la farina in una ciotola,  
unite l'uovo e l'acqua e sbattete  
per bene con una frusta.

**Controllate** che la vostra pastella  
risulti liscia e densa. In un'altra  
ciotola versate il pangrattato.

**Passate** le arancine prima nella  
pastella e successivamente nel  
pangrattato e, una volta compatta-  
te, adagiatele su un vassoio.

**Versate** abbondante olio di semi  
in un pentolino portandolo alla  
temperatura di 180°C.

**Immergete** massimo 2 arancine  
per volta e fatele friggere per 2-3  
minuti.

**Una volta dorate**, scolatele su carta  
assorbente e servite.







Esistono molte varietà di arancine, tra le più conosciute ci sono quelle con il ripieno di prosciutto e mozzarella, con funghi, con spinaci e addirittura con frutti di mare





## Sciaccia ragusana a fette



### ingredienti per 4-6 persone

#### per l'impasto

farina di semola di grano duro **200 g**

acqua **100 ml**

olio E.V.O.

lievito di birra secco **2 g**

sale

#### per la farcitura

salsa di pomodoro **500 ml**

provola ragusana **350 g**

caciocavallo ragusano grattugiato **50 g**

**Versate** la farina, metà dell'acqua e l'olio in una ciotola e iniziate a mescolare.

**Unite** il lievito, un pizzico di sale e la rimanenza dell'acqua poco alla volta.

**Impastate** a mano per qualche

minuto, poi versate il composto su una spianatoia e lavoratelo in modo deciso per circa 10 minuti fino a ottenere un panetto liscio.

**Ungete** una ciotola con olio e ponete il panetto all'interno.

**Copritelo** e lasciate lievitare per circa 1 ora.

**Riprendete** il panetto lievitato, adagiatelo su un foglio di carta forno e iniziate a stenderlo con un mattarello fino a che la sfoglia diventerà molto sottile.

**Spalmate** sulla sfoglia un generoso strato di salsa di pomodoro, le

fette di provola e spolverate con il caciocavallo.

**Ripiegate** i lati esterni della sfoglia verso il centro, spalmateli di nuovo con la salsa e con i formaggi.

**Ripiegate** ora i lembi verso il centro e ponete su di essi un altro strato di farcitura. Chiudete a libro la sfoglia.

**Prendete** la sfoglia farcita con la carta forno e trasferitela su una teglia.

**Accendete** il forno, portatelo a 200°C e cuocete la sfoglia per circa 30 minuti.

**Sfornatela**, coprite con un telo per farla raffreddare e poi servite a fette.



# Frittatine di pasta Napoletane



## ingredienti per 15 pezzi

Pasta tipo bucatini **500 g**  
prosciutto cotto **150 g**  
piselli surgelati **75 g**  
provola **150 g**  
aglio **1 spicchio**  
besciamella  
sale  
olio E.V.O.  
olio di semi per friggere **1,5 l**  
**peperoncino**  
**pepe nero**  
**per la pastella**  
farina **200 g**  
acqua **325 g**

**Riducete** in cubetti il prosciutto cotto.

**Fate** rosolare l'aglio in camicia in una padella con poco olio.

**Unite** i piselli e i cubetti di prosciutto

cotto, salate e fate cuocere per qualche minuto.

**Spegnete** il fuoco e tirate via l'aglio.

**Cuocete** i bucatini in acqua salata e scolateli rigorosamente al dente.

**Stendeteli** su un tagliere, versate qualche goccia di olio, date una mescolata veloce e tagliateli grossolanamente con un coltello. Lasciateli raffreddare.

**Controllate** che sia i bucatini che la besciamella siano freddi e versate la besciamella sui bucatini stesi, amalgamando il composto. Tagliate la provola in tocchetti.

**Prendete** una piccola porzione dell'impasto di bucatini, praticate un buco al centro, inserite il ripieno di prosciutto e piselli, qualche pezzetto

di provola e richiudete l'impasto.

**Poggiate** i medaglioni su un vassoio con carta forno e metteteli in frigorifero a raffreddare per almeno 1 ora.

**Preparate** la pastella: in un contenitore versate prima la farina e poi l'acqua poco alla volta, mescolate con una frusta, salate e continuate a girare con la frusta fino a ottenere una pastella liscia e senza grumi.

**Riprendete** i medaglioni di pasta dal frigo, immergetele nella pastella e poi friggetele nell'olio bollente (temperatura ottimale: 180°C) un paio per volta.

**Fatele** dorare su entrambi i lati per circa 2-3 minuti, scolatele e adagiatele su carta assorbente prima di servire.





# Mini burritos



## ingredienti per 4-6 persone

tortillas 4  
macinato di manzo 400 g  
fagioli neri precotti 350 g  
formaggio Edamer 120 g  
passata di pomodoro 250 g  
peperoni rossi 125 g  
brodo di carne 250 g  
cipolle bianche 80 g  
cipolle rosse 50 g  
aglio 1 spicchio  
peperoncino fresco 1/2  
zucchero di canna 1/2 cucchiaino  
pepe nero 1/2 cucchiaino  
cumino in polvere 1/2 cucchiaino  
coriandolo in polvere 1/2 cucchiaino  
olio E.V.O.  
sale  
coriandolo fresco

**Versate** un filo di olio in una casseruola e fate rosolare a fiamma vivace la carne macinata.

**Regolate** di sale, unite un mestolo di brodo e fate sfumare, lasciando cuocere per circa 10 minuti.

**Togliete** la carne dal fuoco e fatela raffreddare in un piatto.

**Mondate** l'aglio e le cipolle e affettateli molto sottilmente.

**Tritate** il peperoncino e riducete in tocchetti il peperone.

**Riprendete** la casseruola dove avete cucinato la carne, versate un filo di olio e unite le cipolle, l'aglio, il peperone, il peperoncino e fate soffriggere.

**Aggiungete** il pepe, lo zucchero di

canna, il coriandolo in polvere, il cumino, aggiustate di sale e sfumate con un mestolo di brodo.

**Fate** cuocere per circa 10 minuti a fuoco medio.

**Unite** la carne macinata tenuta da parte, la passata di pomodoro e il restante brodo.

**Coprite** la pentola e fate cuocere per almeno 1 ora a fuoco basso mescolando ogni tanto.

**Unite** i fagioli precotti con il loro liquido e continuate la cottura per altri 40 minuti almeno.

**Spegnete** il fuoco, spolverate con coriandolo fresco e fate riposare il vostro chili con carne per 10 minuti. Prendete una grattugia a fori larghi, grattugiate il formaggio e ponetelo in un piatto.

**Preparate** i burritos: adagiate su ogni tortillas un po' di ripieno di chili con carne e il formaggio grattugiato, quindi ripiegate prima i bordi esterni verso il centro e poi arrotolate le tortillas.

**Mettete** a scaldare una padella antiaderente, disponete all'interno il burrito, fate in modo che la chiusura rimanga verso il basso.

**Rosolatelo** per circa 2 minuti, giratelo delicatamente e cuocetelo anche dall'altro lato.

**Posizionate** i vostri burritos caldi su un piatto e gustateli tagliati a metà.



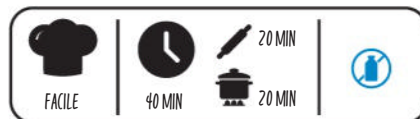






I folpetti serviti negli scartossi sono un tipico street-food della tradizione lagunare, a base di moscardini

## Folpetti alla veneziana



### ingredienti per 4 persone

moscardini 1 kg  
limoni 2  
olio E.V.O.  
4 crostoni  
aceto  
sale  
pepe  
olive verdi per guarnire

**Pulite** i moscardini, privandoli anche del becco e degli occhi. Lavateli per bene sotto l'acqua corrente. Fateli bollire in acqua aromatizzata con aceto per almeno 20 minuti finché risulteranno teneri.

**Scolate** i moscardini e tagliateli a metà. Disponeteli su un piatto da portata fondo. Irrorateli con il succo di limone, conditeli con olio, sale, pepe e serviteli adagiati su crostoni che avrete precedentemente tostato. Guarnite i crostoni con olive verdi tagliate a rondelle.



# Bombette pugliesi



## ingredienti per 4 persone

fettine di capocollo di maiale **12**  
caciocavallo **150 g**  
pancetta tesa **12 fette**  
prezzemolo  
aglio **1 spicchio**  
olio E.V.O.  
Parmigiano Reggiano grattugiato **40 g**  
sale  
pepe  
peperoncino secco

## strumenti

stuzzicadenti per chiudere  
gli involtini

**Battete** le fettine di carne per renderle sottili. Tagliate in tocchetti il caciocavallo. Tritate l'aglio e il prezzemolo. Stendete le fettine di carne, salatele e pepatele. Adagiate su ognuna di esse una fetta di pancetta, qualche cubetto di caciocavallo, prezzemolo e aglio tritati, una spolverata di Parmigiano Reggiano e un pizzico di peperoncino.

**Arrotolate** le fettine per ottenere degli involtini e chiudeteli con uno stuzzicadenti.

**Fate** cuocere le bombette posizionandole sopra una griglia (in alternativa potete utilizzare una bistecchiera) per circa 10-12 minuti.

## la variante: al forno

Ungete una teglia, ponete all'interno le bombette e cuocete in forno preriscaldato a 200°C per circa 30 minuti. Attivate la funzione grill 5 minuti prima di sfornare.







## Kebab all'italiana



### ingredienti per 4 persone per l'impasto

petto di pollo in pezzi **300 g**  
cosce di pollo disossate e  
prive di pelle **200 g**  
curcuma q.b.  
curry q.b.  
paprika dolce q.b.  
cumino q.b.  
aglio tritato q.b.  
olio E.V.O.  
sale

### per servire

salsa allo yogurt  
piadine **4**  
pomodoro a fette q.b.  
insalata verde q.b.  
cipolla tagliata a rondelle q.b.

**Tagliate** le cosce di pollo in tocchetti e ponetele in una ciotola. Unite il petto di pollo in pezzi e condite con poco olio, sale, aglio tritato e, infine, il mix di spezie. Massaggiate bene la carne e mescolate delicatamente per lasciarla insaporire. Coprite la carne speziata con pellicola per alimenti e lasciate marinare in frigorifero per almeno 1 ora.

**Versate** un filo d'olio in una padella antiaderente, aggiungete il pollo assieme al liquido della marinatura e cuocete a fiamma vivace per 15 minuti mescolando per farlo rosolare bene.

**Scaldare** le piadine in una padella

antiaderente, farcitele con il kebab di pollo e aggiungete le cipolle, l'insalata, i pomodori e la salsa allo yogurt, quindi chiudetele a cono.





# Falafel arcobaleno al forno



## ingredienti per 15 pezzi

ceci precotti **450 g**  
 barbabietola cotta **50 g**  
 coriandolo in polvere **1 cucchiaino**  
 spinaci lessi ben strizzati **50 g**  
 cipolla rossa **1 piccola**  
 curcuma fresca  
 aglio **2 spicchi**  
 succo di limone  
 cumino in polvere  
 pepe nero  
 farina q.b.  
 olio E.V.O.  
 sale

**Versate** i ceci ben scolati e asciugati dall'acqua in una ciotola con aglio e cipolla tagliati grossolanamente, il succo di mezzo limone e le spezie.

**Frullate** con il frullatore a immersione, regolando di sale, limone, olio e spezie e distribuite il composto in 3 ciotole. Nella prima ciotola aggiungete una grattugiata di curcuma fresca, circa 1 cm (o, se non la trovate, una puntina di curcuma in polvere), nella seconda gli spinaci e nella terza la barbabietola. Frullate tutto separatamente fino alla granulosità desiderata.

**Trasferite** i 3 composti colorati su altrettanti taglieri e formate delle piccole palline, schiacciatele leggermente. Passatele in pochissima farina, riponetele su una teglia rivestita con carta forno, aggiungete un filo d'olio e cuocetele 10-15 minuti circa in forno preriscaldato a 200°C, girandole a metà cottura.

**Sfornate** e servite i falafel arcobaleno accompagnati, a piacere, da una salsa allo yogurt e menta.







**La tendenza a unire culture e fondere sapori in piatti originali è una delle cifre distintive della sua cucina: lui è Eugenio Roncoroni, chef e titolare di Al Mercato Steaks & Burgers, ristorante che si ispira alle steakhouse in stile classico americano.**

[www.al-mercato.it](http://www.al-mercato.it)

Sono un italo-americano nato a Milano, mia mamma è americana, californiana per la precisione, e papà milanese. Ho iniziato a cucinare dopo il liceo scientifico a Milano per un'azienda di catering con cui ho lavorato per 3 anni. Poi mi sono trasferito negli Stati Uniti dove ho iniziato a lavorare per alcune catene di hotel. Successivamente ho iniziato a collaborare con diversi ristoranti stellati, un'esperienza durata fino ai 24 anni. Sono quindi rientrato a Milano e, dopo alcune esperienze, ho aperto il ristorante Al Mercato nel 2010, a 27 anni, insieme al mio ex socio che oggi purtroppo non c'è più. All'inizio abbiamo concepito il nostro locale come una sorta di ristorante-gastronomia, un *bistrot*

# Eugenio Roncoroni

**Una cucina di respiro internazionale, fuori dagli schemi che non ha paura di osare con sapori forti e ingredienti sconosciuti**

che mettesse in evidenza le influenze internazionali di entrambi.

L'idea di "contaminazione" è sempre stato il mio marchio di fabbrica, ma ho cercato comunque di rispettare le tradizioni e ciò che ha preceduto il mio ritorno a Milano. Mi spiego: la parte del burger bar di Al Mercato, per esempio, traeva inizialmente origine dall'attività gastronomica precedente. Il ristorante storico era concettualmente diviso a metà: da una parte ristorante gourmet, dall'altra il burger bar, dove inizialmente venivano serviti solo hamburger e alcuni piatti internazionali, perlopiù derivanti dalla cultura della strada, dai mercati.

È da qui che deriva il nome del ristorante. Siamo stati tra i primi ad avere una cucina di respiro internazionale, fuori dagli schemi e sicuramente più estrema rispetto alla cucina tradizionale, sia lombarda che italiana. Ci siamo sempre fatti influenzare dai nuovi trend, mantenendo un approccio *open-minded*. Abbiamo sempre fatto parlare di noi per questo stile un po' estremo, facendo grande uso di ingredienti della cucina povera, di tagli di carne meno convenzionali, come le frataglie o la cacciagione, in quanto il nostro background formativo è quello della scuola culinaria francese.

Ho sempre gestito ristoranti che avevano al proprio interno una pro-

posta di cocktail, lavorando spesso con i bartender del 1930 (esclusivo cocktail bar di Milano, ndr.). Mi ha sempre interessato l'abbinamento cibo e cocktail, sempre presente nel nostro menu, avendo io ricevuto una formazione molto internazionale. Penso ad esempio alla cultura asiatica, che si sposa molto bene con il concetto di aperitivo. Credo sia una carta vincente il fatto di proporre del cibo che scavalchi il fatto di sedersi a tavola e che sia, al contrario, comodo da mangiare in piedi, velocemente e che stuzzichi l'appetito. Al di là di un approccio "mondiale" alla cucina, devo dire che un aperitivo all'italiana ben calibrato è un *must*.

Proporrei qualcosa che abbia elementi capaci di stuzzicare la fame e non di saziare l'appetito. Un qualcosa, quindi, che sappia fare da accompagnamento al pasto principale. Personalmente, ciò che stuzzica di più la fame sono quei sapori agro-piccanti, decisi e racchiusi in cibo di piccole dimensioni, quei piccoli assaggi dal gusto forte. Infatti, se uno pensa all'aperitivo all'italiana storico, i sottaceti e le olive sono l'ideale se si è alla ricerca di sapori forti senza il vincolo del pasto completo. Un aperitivo all'italiana, fatto come si deve, è veramente qualcosa di spettacolare, completato da uno Spritz capace di solleticare e ripulire il palato. La cultura dell'aperitivo fatto a regola d'arte (r)esiste, basta cercarla nei posti giusti.





# Fresh rolls

## vietnamiti

### ingredienti per 4 persone per i rolls

carta di riso vietnamita tonda  
**8 fogli**  
gamberi taglia media **8**  
carota **2**  
cetriolo **2**  
cipollotto **2**  
basilico thai o normale **1 mazzo**  
coriandolo fresco **1 mazzo**  
spaghetti di soia **1 confezione**

### per la salsa

arachidi tritate **100 g**  
salsa hoisin **50 g**  
salsa sweet chili **50 ml**  
latte di cocco **50 ml**  
lime **2**



**Tagliate** le verdure a *julienne* a una lunghezza di 6 cm circa.

**Pulite** i gamberi e sbollentateli per circa 1 minuto.

**Cuocete** gli spaghetti di soia, scolateli e fate raffreddare in acqua corrente.

**Ammollate** i fogli di riso in acqua tiepida per pochi secondi e asciugateli singolarmente.

**Stendere** il foglio e versate sul centro della base 1 cucchiaino di salsa hoisin.

**Aggiungete** il mix di verdure, una manciata di spaghetti di soia e il

gambero, quindi richiudete i lati del foglio, arrotolando come per realizzare un involtino.

**Mettete** da parte gli 8 rolls con sopra un foglio di carta assorbente da cucina bagnata in modo da non farli seccare.

**Preparate** la salsa: mettete a bollire a fuoco dolce il latte di cocco insieme alle salse hoisin e sweet chili per 10 minuti. Spegnete il fuoco e lasciate raffreddare.

**Cospargete** i *rolls* di granella di arachidi, bagnateli con il succo di lime e serviteli con la salsa preparata.



Molti degli ingredienti necessari per realizzare i *fresh rolls* vietnamiti sono facilmente reperibili nei market etnici



# Marinature e carpacci

RICETTE A BASE DI FETTINE DI CARNE, PESCE O VERDURE CRUDI, A CUI VENGONO AGGIUNTI OLIO, SUCCO DI LIMONE O ALTRI AROMI A PIACERE. DAL FAMOSO CARPACCIO ALLA CIPRIANI A QUELLO DI BARBABIETOLA CON FETA, FINO AL PESCE SPADA MARINATO, ECCO TANTE PROPOSTE ORIGINALI PER UN APERITIVO SPECIALE.

## LE RICETTE

- CARPACCIO DI BARBABIETOLA CON FETA, FOGLIE DI RUCOLA, SEMI DI ZUCCA E DI GIRASOLE
- CARPACCIO DI PESCE SPADA MARINATO
- CARPACCIO DI POLPO CON PATATE PREZZEMOLO E ZENZERO
- CARPACCIO DI MANZO ALLA CIPRIANI
- CARPACCIO DI TONNO E FICHI CON ALGHE VERDI
- CARPACCIO DI CAPESANTE DI MARE CON POMODORI E ARANCE
- CARPACCIO DI GAMBERI ROSSI E CAVIALE
- INSALATA DI SALMONE MARINATO CON TZATZIKI







Cotto e  
< mangiato >



## Carpaccio di barbabietola con feta, foglie di rucola, semi di zucca e di girasole



### ingredienti per 4 persone

barbabietole già cotte **450 g**  
rucola q.b.  
feta **150 g**  
succo di limone  $\frac{1}{2}$   
olio E.V.O.  
sale  
pepe  
semi di girasole q.b.  
semi di zucca q.b.

**Affettate** le barbabietole molto



sottilmente e posizionatele su un  
piatto da portata.

**Salate**, pepate, distribuite qualche  
manciata di semi di girasole e di  
zucca tostati.

**Sbriciolatevi** sopra la feta e  
completate con le foglie di rucola.

**Condite** con un filo d'olio, un goccio  
di succo di limone e servite.

## Carpaccio di pesce spada marinato

### ingredienti per 4 persone

pesce spada **500 g**  
latte intero **250 ml**  
pepe rosa in grani **5**  
olio E.V.O. **50 ml**  
limone **1**  
insalata valeriana q.b.  
sale rosa dell'Himalaya **5 g**

**Tagliate** il pesce spada a fette dello  
spessore di 3-4 mm, con l'aiuto  
di un'affettatrice. Per rendere  
più facile l'operazione, ponete il  
trancio di pesce spada in freezer  
per 1 ora prima di affettarlo.

**Dopo** aver affettato il pesce,  
eliminate con il coltello la pelle del



pesce spada e disponete le fette in  
una pirofila.

**Preparate** la marinata versando in  
una ciotola il latte e l'olio.

**Unite** il pepe rosa in grani e il sale  
rosa dell'Himalaya.

**Emulsionate** il composto con una  
frusta per amalgamare tutti gli  
ingredienti.

**Versate** la marinata nella pirofila sulle  
fette di pesce spada e coprite con la  
pellicola.

**Lasciate** marinare in frigorifero per  
almeno 4 ore prima di servire.







## Carpaccio di polpo

con patate, prezzemolo e zenzero



### ingredienti

#### per 4 persone

polpo già pulito **1,5 kg**  
patate **1 kg**  
carota **1**  
cipolla **1**  
sedano costa **1**  
alloro **2 foglie**  
succo di limone **1**  
sale  
pepe nero in grani **4**  
olio E.V.O.  
prezzemolo q.b.  
zenzero fresco q.b.

#### Per il polpo

**Sciacquate** il polpo sotto l'acqua corrente.

**Pulite** la carota, la cipolla e il sedano e poneteli in una pentola piena di acqua.

**Aggiungete** le foglie di alloro, i grani di pepe e il sale.

**Portate** ad ebollizione, poi calate ed estraete per 4-5 volte le punte dei tentacoli del polpo nel liquido bollente, in modo che si arriccino.

**Immergete** completamente il polpo

nell'acqua bollente e lasciatelo cuocere per circa 70 minuti. Quando il polpo sarà cotto, estraetelo dal liquido di cottura, scolatelo, tagliatelo in pezzi.

**Tagliate** il collo della bottiglia di plastica e pratica dei fori sul fondo, usando la punta del coltello.

**Riempite** la bottiglia, aggiungendo un pezzo di polpo alla volta e pressate bene con un batticarne, in modo da permettere al liquido di cottura in eccesso di fuoriuscire.

**Tagliate** verticalmente i bordi della bottiglia, per ripiegarli sul polpo come chiusura.

**Sigillate** il tutto con della pellicola da cucina e posizionate sopra il polpo un barattolo di vetro che lo terrà ben pressato.

**Ponete** il polpo in frigorifero per almeno 24 ore.

#### Per le patate

**Ponete** sul fuoco un tegame colmo di acqua fredda e immergete all'in-

terno le patate, lavate in precedenza, con la buccia.

**Fatele** cuocere per circa 35-40 minuti dal momento del bollore, quando saranno cotte, scolatele, pelatele e riducetele a dadini.

**Tenetele** da parte al caldo.

**Preparate** una citronette emulsionando il succo di limone con l'olio d'oliva, sale e pepe.

**Lavate** e tritate finemente il prezzemolo.

**Mescolate** in una ciotola le patate intiepidite con il prezzemolo tritato e condite con la citronette.

#### Per il carpaccio

**Tagliate** la bottiglia di plastica, estraete il polpo e affettatelo finemente con un coltello o con un'affettatrice.

**Disponete** le fette di polpo su di un piatto da portata, conditelo con la restante citronette, lo zenzero tagliato a fettine sottili e le patate al prezzemolo.



# Carpaccio di manzo alla Cipriani



## ingredienti

**per 4-6 persone**

manzo controfiletto 500 g

latte 2-3 cucchiai

olio di semi q.b.

tuorli 2

salsa Worcester 1/2 cucchiaino

limone ½

Parmigiano Reggiano a scaglie q.b.

sale

pepe nero macinato

## Per la maionese/salsa

**Ponete** i tuorli in una ciotola con un pizzico di sale e qualche goccia di succo di limone, lavorateli con una frusta a mano.

**Versate** l'olio a filo e continuate a sbattere, alternandolo con qualche goccia di succo di limone; quando la maionese risulta emulsionata aggiungete la salsa Worcester e mescolate bene.

**Versate** il latte in modo da ottenere una salsa fluida, regolate di sale e pepe.

**Prendete** la carne e tagliatela a fettine molto sottili con un'affettatrice.

**Sistemat**e le fettine su un piatto da portata, aggiungete il sale, coprite il carpaccio con un piatto e mettetelo in frigorifero per 15 minuti.

**Riprendete** il carpaccio, versateci sopra a filo la salsa preparata in precedenza.

**Guarnite** il piatto con il Parmigiano Reggiano a scaglie e servite, accompagnandolo, a piacere, con della rucola.



Per agevolare il taglio avvolgete il pezzo di carne in un foglio di alluminio e mettetelo nel freezer per 30 minuti (dovrà consolidarsi senza congelare)





Questa ricetta fa parte della tradizione culinaria veneta. È stata ideata da Giuseppe Cipriani, ristoratore e fondatore del celebre Harry's Bar a Venezia. Nel 1950, in occasione della mostra di pittura dell'artista Vittore Carpaccio, Cipriani realizzò per la prima volta questo piatto, dedicandolo proprio al pittore, perché i colori del carpaccio ne caratterizzavano le opere







## Carpaccio di tonno *con fichi e alghe verdi*



### ingredienti per 4 persone

filetto di tonno fresco affettato  
molto sottilmente 200 g

fichi 8

limone 1

olio E.V.O.

alghe verdi *Wakame* q.b.

sale

pepe nero macinato

**Suddividete** il filetto di tonno in 4  
piatti da portata.

**Condite**lo con un'emulsione ottenuta  
dal succo del limone e 4 cucchiaini  
d'olio.

**Fatelo** marinare in frigorifero per  
circa 30 minuti.

**Togliete** il tonno dal frigorifero, lavate  
i fichi, tagliateli a fette o a spicchi e,  
infine, disponeteli sopra al tonno.

**Unite** le alghe verdi e condite il car-  
paccio con un filo d'olio, sale e pepe.





# Carpaccio di capesante con pomodorini e arance



## ingredienti per 4 persone

capesante 16

lime 3

pomodorini 10

arancia 1/4

olio E.V.O.

timo

sale

pepe nero macinato

**Staccate** le capesante dalla conchiglia facendo attenzione a non rovinarle e lavatele bene sotto l'acqua fredda per togliere i residui di sabbia.

**Asciugate** le capesante tamponandole delicatamente con la carta assorbente da cucina e con un coltello dalla lama liscia e tagliente affettatele sottilmente.

**Disponete** il carpaccio su un piatto da portata.

**Spremete** i lime e metteteli in un barattolo di vetro con coperchio, aggiungete l'olio, il sale, il pepe e le foglioline di timo, chiudete il barattolo con il suo tappo ed emulsionate energeticamente.

**Condite** le capesante con l'emulsione, coprite con la pellicola e lasciatele marinare per 30 minuti.

**Servite** le capesante con i pomodorini e le arance tagliati in pezzetti e un filo d'olio.





## Carpaccio di gamberi rossi e caviale



### ingredienti per 4 persone

gamberi rossi **600 g**  
caviale q.b.  
olio E.V.O.  
lime **1**  
sale

**Sgusciate** i gamberi, privateli della testa, apriteli ed eliminate il filetto nero.

**Stendete** sul tavolo un foglio di pellicola alimentare e adagiatevi sopra metà dei gamberi.

**Copriteli** con un altro foglio di pellicola, appoggiate sopra un coppapasta e batteteli delicatamente con il batticarne.

**Procedete** allo stesso modo con l'altra metà dei gamberi.

**Staccate** delicatamente il disco di gamberi dalla pellicola e adagiatelo su un piatto da portata.

**Regolate** di sale e pepe.

**Guarnite** con il caviale, un filo d'olio, qualche goccia di succo di lime e servite.





## A tavola

Fresco, versatile e dalla moderata alcolicità, il Conegliano Valdobbiadene è divenuto celebre nel mondo come il re dell'aperitivo, rito che si è ormai diffuso a livello internazionale, affermando uno stile tipicamente italiano. Tuttavia, grazie alla variabilità del dosaggio zuccherino, esso si presta anche ad un consumo a tutto pasto. La sua carta vincente è infatti la **versatilità**, che lo rende adatto non solo in abbinamento ai piatti del territorio d'origine, ma anche alla cucina contemporanea e internazionale.

Consorzio di Tutela



PROSECCO SUPERIORE  
DAL 1876







## Insalata di salmone marinato con tzatziki



### ingredienti per 4 persone per il salmone

filetto di salmone fresco **400 g**  
prezzemolo q.b.  
zucchine **2**  
carote **2**  
porro **1**  
peperone rosso  $\frac{1}{2}$   
limone **1**  
olio E.V.O.  
zucchero semolato **50 g**  
sale **50 g**  
pepe nero macinato

### per la salsa tzatziki

yogurt greco **400 g**  
cetriolo **1**  
aglio **2 spicchi**  
olio E.V.O. **20 ml**  
aceto di vino bianco **10 ml**  
sale

### Per la salsa

**Lavate** e grattugiate il cetriolo con una grattugia a maglie larghe, senza togliere la buccia.

**Trasferite** il cetriolo grattugiato in un colino posto sopra a una ciotola e lasciatelo scolare per almeno 1 ora, in modo che fuoriesca l'acqua di vegetazione.

**Sbucciate** gli spicchi d'aglio ed eliminate l'anima con un coltello, poi tritateli finemente.

**Versate** lo yogurt in una ciotola, regolate di sale, e aggiungete l'olio e l'aceto, alternandoli fra di loro, poi mescolate bene.



**Strizzate** il cetriolo premendo con il dorso di un cucchiaio per eliminare tutta l'acqua di vegetazione e unitelo allo yogurt.

**Aggiungete** l'aglio e mescolate.

**Lasciate** riposare la salsa tzatziki in frigorifero per 3 ore.

### Per il salmone marinato

**Lavate**, pulite e tagliate le verdure a julienne.

**Sistematte** il salmone in una pirofila, ricopritelo con un mix di sale, zucchero e la scorza del limone.

**Sigillate** la ciotola con la pellicola e fate marinare in frigorifero per 4 ore.

**Sciacquate** e asciugate il salmone marinato con carta da cucina, poi tagliatelo a fette sottili.

**Amalgamate** le verdure con la salsa tzatziki e ponete un paio di cucchiaini su un piatto da portata.

**Avvolgete** la salsa con le fette di salmone marinato.

**Versate** un filo d'olio e servite.







## SCUOLA DI CUCINA

# Marinatura

La tecnica della marinatura, il cui nome deriva da “acqua di mare”, ha origini antichissime. In passato si praticava immergendo gli alimenti in acqua e sale per conservarli, mentre oggi la marinatura è una tecnica utilizzata anche

per insaporire e ammorbidire il cibo prima della cottura, e a volte la sostituisce interamente grazie all'agente acido della marinatura.

Utilizzata per carne, pesce o verdure, può essere realizzata con quattro elementi (grasso, acido, legante, aromatico) che si ritrovano in diversi ingredienti e sapori, come olio, zucchero, miele, limone, vino. Non esiste una marinatura perfetta che vada bene per tutto, ma serve trovare quella giusta sia in base al risultato che si vuole ottenere, sia in base all'alimento da marinare.

Ve ne proponiamo una classica e ideale con pesce, semplicissima da realizzare per la preparazione delle alici.



Specialmente per un apericena, la marinatura garantisce un concentrato di sapore anche in piccole porzioni. Ecco come scegliere quella giusta. L'elemento grasso serve soprattutto ad ammorbidire ma anche a insaporire l'alimento. Si possono utilizzare diversi liquidi oleosi, come per esempio olio E.V.O., di girasole, di semi di lino, di sesamo... La scelta, come per gli altri elementi, è importante per ottenere il risultato desiderato. L'elemento grasso, non essendo aggressivo non penetra nel cibo ma lo ricopre solamente: per raggiungere la parte più interna bisogna ricorrere all'aiuto dell'elemento acido. Questo elemento può essere aceto, succo di limone, di arancia, vino, birra e differenti alcolici. In questo caso bisogna porre particolare attenzione alla scelta perché alcuni hanno sapori molto decisi che potrebbero prevalere sul gusto della pietanza. Importante è la proporzione tra i due elementi, che di solito va da 1:1 a 1:3, dipende dalla resistenza dell'alimento all'aggressività degli acidi: più sarà la quantità di elemento acido, più la marinatura sarà veloce e influirà sul sapore dell'alimento. Dal momento che, per natura elementi grassi e acidi tendono a dissociarsi, per ottenere una marinatura efficace è necessario ricorrere all'aggiunta di un elemento legante, come per esempio la senape o la lecitina di soia. Per ottenere un composto omogeneo il consiglio è di mescolare questo terzo elemento con il mixer a immersione

## INIZIAMO



1) **Preparate** la miscela di olio, succo di limone e aceto bianco, aggiungete l'aglio pulito e tagliato a fette sottili, il prezzemolo e il peperoncino sminuzzati. Aggiustate di sale e stemperate il composto con una forchetta.

2) **Disponete** i filetti di alici in una terrina, aggiungete poca marinata a ogni strato e dopo averli disposti tutti, ricopriteli totalmente con la miscela rimasta.



3) **Coprite** i filetti di alici con la pellicola e metteteli a riposare in frigorifero per almeno 4 ore, girandoli delicatamente dopo 2 ore.



## Alici marinate

alla ligure



### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

filetti di alici **400 g** (verificate con il vostro pescivendolo che siano state abbattute)

olio E.V.O. **150 ml**

succo di limone fresco **100 ml**

aceto bianco **20 ml**

aglio **20 g**

prezzemolo **20 g**

peperoncino intero **10 g**

sale

## IN FOCUS La carne

La marinatura è una procedura alla base della nostra cucina soprattutto per la preparazione delle carni. La tecnica però varia in base al tipo di carne che stiamo approntando alla cottura.

**CARNI BIANCHE:** il pollo e il tacchino non necessitano di lunghe marinature. Sono carni già morbide e con un sapore delicato che rischierebbe di essere coperto con tempi di marinatura eccessivi. Il nostro consiglio: una semplice base di olio E.V.O e limone con l'aggiunta di spezie etniche.

**CARNE DI MAIALE:** la marinatura in questo caso aiuta a smorzare il suo sapore deciso che non sempre viene apprezzato. La durata della marinatura dipende dalla grandezza del pezzo di carne e dalla presenza o assenza di grasso: la marinatura aiuta infatti

ad ammorbidire i tagli più magri e asciutti del maiale. Il nostro consiglio: aggiungete alla parte aromatica della marinatura dello zucchero o del miele, scaldando l'intingolo in un pentolino per facilitarne lo scioglimento. Lasciatelo raffreddare, quindi immergetevi la carne per il tempo necessario. Una volta cotta, la carne così trattata vi offrirà un piacevole contrasto al palato.

**CARNE DI SELVAGGINA:** per questa carne la marinatura è fondamentale per ridurne il forte sapore selvatico e ammorbidirne le fibre. La durata della marinatura non deve mai essere inferiore a 12-24 ore. Il nostro consiglio: utilizzate un vino rosso corposo, oppure bianco se si vuole ottenere un sapore più delicato, aggiungendovi aromi, spezie e verdure. Questa marinata può essere poi recuperata e utilizzata come base per bagnare la carne durante la cottura.

**CARNE DI AGNELLO E CONIGLIO:** anche in questo caso, per attenuare il sapore deciso e ammorbidire le fibre di questa carne è necessaria una marinatura di almeno 12 ore. Il nostro consiglio: il vino bianco e gli aromi dell'orto sono la miglior scelta per valorizzarne il gusto.

**CARNE PER BBQ:** la preparazione delle carni da grigliare deve essere molto leggera perché la marinatura non deve coprire il sapore invitante di un gustoso pezzo di carne cotto alla brace. In questo caso la marinatura ha anche un'importanza salutare: oltre ad ammorbidire la carne la protegge da eventuali sostanze cancerogene che si possono sviluppare durante la cottura sul fuoco vivo. Il nostro consiglio: è necessario asciugare bene la carne da cuocere prima di metterla sulla griglia; questo eviterà che l'olio in eccesso ricada sulla brace prendendo fuoco e carbonizzandone la parte esterna.



# Torte salate e salatini

LE TORTE SALATE E I SALATINI SONO UNA SOLUZIONE SEMPLICE E VELOCE PER ACCOGLIERE I VOSTRI OSPITI: CON IL RIPIENO RICCO DI CONTRASTI DELLE MINI FILLO, CON IL GUSTO SEMIDOLCE DELLA TATIN AI POMODORI VERDI FRITTI, CON LA CROCCANTEZZA DELLA PIZZA E DELLA PASTELLA AI FIORI DI ZUCCA

## LE RICETTE

- MINITATIN CON POMODORINI VERDI FRITTI
- CHIOCCIOLE DI ERBAZZONE
- TORTINA SALATA CON FETA, POMODORINI ARROSTO E MELANZANE
- PIZZA DI PASTELLA AI FIORI DI ZUCCA E ZAFFERANO
- CHEESECAKE SALATA CON FICHI FRESCHI
- VOL AU VENT CON CREMA DI PISELLI E INSALATA DI MARE
- FOCACCIA INSTANTANEA IN PADELLA
- CESTINI DI FILLO CON MELE E GORGONZOLA









La *Tarte Tatin* nella sua versione originale è un famoso dolce francese a base di sfoglia e mele, nato da un errore. La tradizione racconta che tutto avvenne a fine Ottocento nel ristorante dell'Hôtel du Pin d'Or gestito dalle sorelle Tatin.

Preparando una torta di mele in fretta, dopo aver imburato e cosparso di zucchero la tortiera, una delle sorelle si dimenticò di mettere lo strato di pasta brisé e dispose direttamente le mele nella teglia. Quando si rese conto dell'errore, aggiunse la pasta ottenendo un dolce "al contrario", che capovolse. Questa torta capovolta si presta a mille varianti, sia dolci che salate



## Mini tatin

### con pomodorini verdi fritti

#### ingredienti per 6 persone

pasta sfoglia **1 rotolo**

pomodori verdi grandi **2**

olio E.V.O

mandorle a lamelle q.b.

aceto balsamico **2 cucchiari**

zucchero di canna **2 cucchiari** +  
per spolverare q.b.

olio di semi di arachide per friggere  
q.b.

Parmigiano Reggiano grattugiato

**2 cucchiari**

origano q.b.

farina 0 q.b.

sale  
pepe

**Pulite** e tagliate a fette di 0,5 cm circa i  
pomodori.

**Togliete** i semi, asciugate bene le fette  
con carta assorbente e infarinatete,  
eliminando la farina in eccesso.

**Friggete** i pomodori in abbondante  
olio caldo finché si forma la classica

crosticina. Metteteli su fogli di carta  
assorbente.

**Versate** l'aceto balsamico in un  
pentolino, aggiungete i cucchiari di  
zucchero di canna, scaldate a fuoco  
alto e cuocete per circa 5 minuti  
senza mescolare, fino a ottenere la  
consistenza di un caramello.

**Spennellate** gli stampini con un po'  
dello sciroppo ottenuto e cospargete  
con pochissimo zucchero di canna e le  
mandorle a lamelle.

**Posizionate** una fetta di pomodoro  
fritto sulla base in modo da coprirla  
completamente (se sono piccoli usate  
più fette ritagliate, a coprire tutta la  
base senza sovrapporsi troppo).

**Aggiungete** il Parmigiano Reggiano,  
un pizzico di sale, pepe e l'origano.

**Stendete** la sfoglia e ricavate dei  
dischi larghi come i vostri stampini.

**Adagiate** i dischi sui pomodori,  
ripiegandoli leggermente verso  
l'interno.

**Bucherellate** la sfoglia con una  
forchetta e cuocete in forno  
ventilato preriscaldato a 180°C per  
circa 15 minuti, fino a doratura della  
sfoglia.

**Toglietele** dal fuoco, attendete un  
paio di minuti e rovesciate le mini  
tatin su piattini individuali. Servite  
tiepide.



*la variante golosa:*

Servite con un cucchiaino di stracciatella o burrata.



# Chiocciole di Erbazzone



Questa versione richiama le torte salate greche a forma di spirale, con sfoglia o pasta fillo e con i semi di sesamo in superficie a dare un leggero tocco croccante

## ingredienti per 9 chiocciole circa

pasta sfoglia rettangolare **1 rotolo**  
spinaci e/o bietole cotti e privati dell'acqua di cottura **250 g**  
parte bianca del porro circa **6 cm**  
pancetta a dadini **3 cucchiaini**  
albume **1**  
burro **1 noce**  
noce moscata  
Parmigiano Reggiano grattugiato **3 cucchiaini**  
sesamo bianco q.b. (facoltativo)  
sale

**Tagliate** a fettine sottilissime il porro e fatelo appassire in una padella capiente con il burro.

**Aggiungete** la pancetta e fatela saltare, unite gli spinaci, sale e pepe e fate insaporire a fuoco basso.

**Lasciate** intiepidire e aggiungete l'albume e la noce moscata.

**Srotolate** il rotolo di pasta sfoglia e tagliatelo in tre rettangoli nel senso della lunghezza.

**Aiutandovi** con un cucchiaino disponete il ripieno al centro di ciascuna striscia, lasciando circa 1 cm dai bordi laterali e 1,5 cm dai bordi orizzontali.

**Richiudete** ogni striscia ripiegandola su se stessa, formando dei cilindri.

**Arrotolatele** a chiocciola, sigillando la parte finale.

**Formatene** circa 3 per striscia, appoggiatele su una teglia coperta con carta forno, spolveratele a piacere con semi di sesamo e cuocete in forno ventilato preriscaldato a 180°C per 15-20 minuti, fino a doratura. Servite calde!



L'erbazzone (detto anche "scarpazzone" per l'uso delle bietole a coste da parte dei contadini, chiamate "scarpe") è una torta salata di pasta sfoglia (tirata sottilissima) farcita con un ripieno di spinaci, cipolla, aglio, pangrattato e Parmigiano Reggiano in abbondanza. Sopra alla pasta, prima di infornare, vengono disposti alcuni pezzetti di lardo e di strutto di maiale



## la variante: La versione kataifi

Stendete il ripieno preparato in uno strato di circa 2 cm e precuocetelo in forno a 160°C per circa 20 minuti. Tagliatelo a cubotti, ricopriteli con delicatezza con pasta kataifi, aggiungete sopra a ognuno una noce di burro e un po' di Parmigiano Reggiano grattugiato e cuocete a 180°C con funzione ventilata per circa 15 minuti, fino a doratura.





#### CURIOSITÀ SULLA FETA

La Feta greca è un formaggio fresco a pasta semidura, dal gusto sapido, con note leggermente acidule, prodotto con latte misto di pecora e di capra. Omero ci racconta che il ciclope Polifemo fabbricava già al tempo un formaggio che fa pensare alla primissima e antichissima versione della feta. Ulisse ne rubò un pezzo dopo averlo accecato nella sua caverna. Il nome deriva dall'italiano "fetta", per la consuetudine di tagliare e conservare il blocco bianco di formaggio in fette



## Tortina salata con feta, pomodorini arrosto e melanzane



### ingredienti per 8 persone

pasta brisé **1 rotolo**  
formaggio feta **150 g**  
pomodorini **250 g**  
melanzana piccola **1**  
ricotta **2 cucchiari**  
fiordilatte privato dell'acqua e ben strizzato (facoltativa)  
Parmigiano Reggiano grattugiato  
salsa di pomodoro q.b.  
pangrattato q.b.  
sale  
olio E.V.O  
timo q.b.

**Lavate** i pomodorini e tagliateli a metà.

**Disponeteli** su una teglia rivestita

di carta forno con la parte tagliata rivolta verso l'alto.

**Aggiungete** le melanzane pulite e fatte a pezzetti, senza mischiare le verdure.

**Salate**, aggiungete il timo, un filo d'olio e un pizzico di sale e cuocete in forno già caldo a 200°C funzione ventilata per circa 15 minuti.

**Sbriciolate** la feta. Stendete il rotolo di pasta brisé su una teglia di circa 26 cm di diametro in modo che sbordi leggermente.

**Bucherellate** la base con una

forchetta, spolveratela con 1-2 cucchiari di pangrattato, aggiungete un velo di salsa di pomodoro.

**Aggiungete** le melanzane mescolate con la ricotta.

**Adagiatevi** sopra la feta, i pomodorini e, a piacere, fiordilatte e Parmigiano Reggiano grattugiato. Irrorate con poco olio.

**Cuocete** in forno preriscaldato ventilato a 180°C per circa 35 minuti.

**Sfornate**, lasciate intiepidire e servite a fettine con foglioline di timo fresco.

### la variante:



Realizzate la vostra pasta matta mescolando con una forchetta 150 g di farina 00 con 50 g di acqua frizzante, 3 cucchiari di olio E.V.O delicato e un pizzico di sale. Formate un panetto omogeneo lavorandolo su una spianatoia infarinata e mettetelo a riposo circa 30 minuti in frigo, coperto da pellicola trasparente. Stendetelo a uno spessore di circa 3 mm.



# Pizza di pastella ai fiori di zucca e zafferano



## ingredienti per 16 pezzi circa

acqua frizzante fredda **300 g**  
farina 0 **150 g**  
fiori di zucca puliti **10-15**  
mozzarella da pizza **100 g**  
zafferano in polvere **1 bustina**  
olio E.V.O **2 cucchiari**  
sale

**Togliete** le piccole foglie laterali alla base dei fiori, eliminate anche gambo e pistillo, aprendoli.

**Formate** una pastella mescolando con una frusta in una ciotola l'acqua, la farina a pioggia, lo zafferano, il sale e l'olio.

**Ungete** bene una teglia, aggiungete un foglio di carta forno e ungete bene anche questo, compresi i bordi.

**Immergete** nella pastella i fiori di zucca aperti, uno alla volta.

**Posizionate** i fiori sulla teglia uno accanto all'altro, scolandoli ma non troppo. Livellate, aggiungete un filo d'olio e un pizzico di sale.

**Cuocete** i fiori in forno preriscaldato a 190°C in modalità ventilata per circa 20 minuti, poi girateli e cuoceteli

altri 20 minuti fino a doratura (nel caso non fossero ancora sufficientemente croccanti, capovolgeteli ancora e proseguite per altri 5 minuti circa).

**Sfornate** e servite la pizza calda a quadratini o rettangolini.

## la variante:

Provate la versione con patate tagliate a chips, con aggiunta di rosmarino e pepe.



Ricetta tipica del Lazio da mangiare in estate, quando i fiori di zucca sono bellissimi e presenti in molti orti. Non è una vera e propria pizza perché non prevede lievitazione e l'impasto è quello di una pastella però, compattandosi, crea uno strato sottile e croccante che ricorda la pizza





#### CURIOSITÀ SUI FICHI

Ritenuto già nell'Antico Testamento simbolo di fertilità (usato dalle coppie sterili mettendo una foglia sotto il cuscino della moglie e una sotto quello del marito), il fico per Induisti e Buddisti è sacro in quanto simbolo di verità e conoscenza. Per la precisione, i fichi non sono frutti ma delle infiorescenze carnose ricoperte da un involucre: i veri frutti del fico sarebbero la parte interna, i "semini"

## Cheesecake salata con fichi freschi

### ingredienti per 8 persone

taralli all'olio **200 g**  
albumi **2**  
burro **50 g**  
Parmigiano Reggiano  
grattugiato **3 cucchiiai**  
fichi maturi ma sodi **4**  
formaggio fresco spalmabile **300 g**  
ricotta di pecora **200 g**  
latte **2 cucchiiai**  
**1 cucchiaino** agar agar  
olio E.V.O  
miele (facoltativo)  
sale  
pepe

**Mettete** i taralli sbriciolati grossolanamente in poca acqua per 10 minuti circa.

**Sgocciolateli** e frullateli bene con un pizzico di sale, l'olio e il burro fuso.

**Versate** il composto in uno stampo a cerniera (diametro 24 cm) oleato e coperto con carta forno.

**Mettete** il composto in freezer a riposare mentre preparate il ripieno.

**Mescolate** in una ciotola i formaggi, gli albumi leggermente sbattuti con poco sale e 1 cucchiaino d'olio. Aggiungete l'agar agar sciolto nel latte caldo.

**Versate** il ripieno sulla base di

taralli e mettete a riposare una notte in frigorifero.

**Pulite** bene i fichi senza eliminare la buccia per ottenere un effetto più scenografico.

**Poco prima** di portare in tavola condite i fichi con poco olio, sale e pepe nero macinato al momento.

**Servite** la *cheesecake* a fette, decorando con fettine o quarti di fico e, a piacere, un tocco di miele leggermente scaldato.



### la variante golosa:

Arricchite questo piatto salato che sembra dolce con delle noci a pezzetti e delle fettine di prosciutto crudo.



## Vol au vent con crema di piselli e insalata di mare



### ingredienti per 12 pezzi circa

vol au vent pronti circa 12  
piselli freschi puliti 300 g  
panna da cucina 80 ml  
(o yogurt greco)  
insalata di mare sgocciolata da  
eventuale olio q.b.  
limone q.b. (facoltativo)  
erbette per decorare (facoltativo)  
sale  
pepe bianco

**Cuocete** i piselli in abbondante  
acqua salata per circa 5 minuti a

fiamma vivace, togliete dal fuoco e  
passateli in acqua e ghiaccio.

**Scolate** e fate raffreddare.  
Frullateli con la panna fino a creare  
una crema densa, utilizzando un  
frullatore a immersione.

**Scaldare** la crema ottenuta a fuoco

basso, regolate di sale e pepe.

**Lasciate** intiepidire e versate nei  
vol au vent, aiutandovi con una sac  
à poche.

**Decorate** con insalata di mare a  
piacere, fettine di limone, erbette  
fresche o insalatine.



### la variante:

Potete sostituire i piselli con pari peso di fagiolini e servirli  
con una mini tartare di gamberi sopra, condita con un filo d'olio, fioc-  
chi di sale e lime.



I Vol au Vent (che in francese  
sta per "portato dal vento", ad  
indicarne la leggerezza) sono  
dei piccoli cestini formati  
da dischetti di pasta sfoglia  
sovrapposti all'interno e serviti  
con ripieni caldi o freddi. Piatto  
immane sulle tavole degli  
anni Ottanta, è tornato di moda  
con ripieni più semplici e chic







Piatti solitamente cotti in forno che vengono benissimo in padella, utile per la stagione estiva, sono: il pesce al cartoccio, i peperoni e i pomodorini arrosto, la pizza (cosiddetta "al padellino") e perfino dolci morbidi da colazione



## Focaccia instantanea in padella

### ingredienti per 8 persone

pasta per pizza pronta **300 g**  
stracchino **200 g**  
mozzarella da pizza **100 g**  
Parmigiano Reggiano  
grattugiato **30 g**  
pangrattato  
olio E.V.O  
sale

**Dividete** l'impasto a metà e stendetene una parte con un mattarello, su una spianatoia infarinata, a uno spessore di 4 mm circa, cercando di dare una forma più rotonda possibile.

**Posizionate** l'impasto su una teglia rivestita di carta forno

**Spolverate** con poco pangrattato e adagiatevi i formaggi a pezzetti e il Parmigiano Reggiano grattugiato, un pizzico di sale e un filo d'olio.

**Procedete** anche con il secondo impasto ma tirandolo a uno spessore più sottile, circa 3 mm. Sigillate la focaccia col secondo strato e chiudete i bordi aiutandovi con i rebbi di una forchetta.

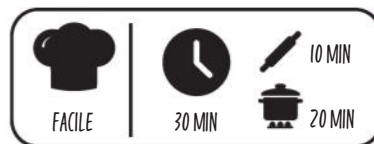
**Scaldare** una padella antiaderente leggermente oleata e aggiungete la focaccia.

**Fate** cuocere a fuoco medio per circa 4-5 minuti con il coperchio poi

rovesciate la focaccia su un piatto come per fare una frittata. Ungete nuovamente la padella con l'olio, fatela scaldare e fatevi scivolare dentro la focaccia, dall'altro lato. Cuocete ancora 4-5 minuti con il coperchio.

**Ripetete** l'operazione altre 2 volte, cuocendo la focaccia ancora qualche minuto per lato.

**Servite** a fette, calda o tiepida, con poco sale.



### la variante:

Aggiungete al ripieno alcune fettine di scamorza e di prosciutto cotto.

Potete anche realizzare un soffice impasto alle patate. Vi serviranno:

**300 g** patate lesse schiacciate, **1 uovo**, **100 g** farina 00, **2 cucchiaini**

Parmigiano Reggiano grattugiato, sale.

Aggiungete alle patate schiacciate l'uovo, la farina, il formaggio, un pizzico di sale e amalgamate con una forchetta fino a ottenere un impasto omogeneo. Stendete direttamente nella padella oleata i 2 due strati, mettendo al centro il ripieno.





Per realizzare i cestini senza stampini ma con pirottini di carta, posizionate i quadratini con i fogli di fillo sovrapposti su pirottini di carta rovesciati e pre cuoceteli per 2-3 minuti; in questo modo prenderanno la forma e potrete terminare la cottura senza stampini con l'aggiunta del ripieno, giusto il tempo di far sciogliere il formaggio

## Cestini di fillo con mele e gorgonzola



### ingredienti per 12 pezzi circa

fogli di pasta fillo 4  
olio E.V.O  
gorgonzola dolce **100 g**  
mele mature **2** (golden rugginose, o renette di preferenza)  
miele di arancio q.b. (facoltativo)  
sale  
pepe bianco

**Pulite** le mele, privatele di buccia e torsolo e tagliatele in piccoli pezzi. Fatele saltare in una padella antiaderente a fuoco alto per pochi minuti con poco olio e un pizzico di sale.

**Stendete** un foglio di pasta fillo alla volta, spennellatelo con poco olio e adagiatevi sopra gli altri. Non ungete l'ultimo.

**Tagliate** i 4 fogli sovrapposti in quadrati di circa 8 cm di lato.

**Posizionate** i quadratini in 2 teglie da mini muffin leggermente oleate (o in stampini singoli da mini muffin posizionati su una teglia da forno).

**Adagiatevi** un cucchiaino di pezzetti di mela, uno di gorgonzola, un pizzico di sale e uno di pepe bianco.

**Cuocete** in forno caldo a 170°C con funzione ventilata per circa 3-5 minuti, fino a doratura.

**Serviteli** tiepidi con un filo di miele appena scaldato.



### la variante:

Rimanendo sui formaggi erborinati, provate gli abbinamenti Roquefort e composta di mele cotogne (o ciliegie sciroppate) oppure Stilton con confettura di fichi piccante e preparate un vassoio di cestini misti per appassionati o curiosi.





Enrico e Roberto Cerea

**Per i fratelli Cerea, titolari del ristorante Da Vittorio, la cucina è una “questione di famiglia”, vista la storica attività portata avanti con successo (Tre Stelle Michelin) dai genitori fin dal 1966. Scopriamo con Enrico, executive chef del ristorante, la ricetta per un apericena di successo**

[www.davittorio.com](http://www.davittorio.com)

Posso in qualche modo definirmi un figlio d'arte, dal momento che mio padre e mia madre erano ristoratori. Sono cresciuto nelle cucine di casa, che era situata proprio sopra il ristorante storico Da Vittorio, a quel tempo sito in centro a Bergamo. È stato quindi naturale per me intraprendere il mestiere di chef. Da sempre molto curioso, ho cercato nel corso degli anni di approfondire la tematica della cucina, guardando alle tradizioni sia occidentali che orientali e studiando di volta in volta i trend del momento.

L'aperitivo per me è un tema molto importante, che non si esaurisce nell'atto di mangiare. È un concetto più ampio, che riguarda la socialità, lo stare bene con se stessi e con gli altri. È uno dei momenti più significativi nell'arco della giornata di una persona, sicuramente quello

# Enrico e Roberto Cerea

**Voglia di sperimentare e valorizzazione delle materie per una cucina alla ricerca dell'armonia e del buon vivere**

in cui si manifesta più complicità. Possono nascere amicizie, scaturire discussioni, vengono fatte confidenze. L'aperitivo è quella fase della giornata in cui ti smarchi dalle noie quotidiane per evadere mentalmente, ricercando il relax in posti solitamente piacevoli in cui la convivialità la fa da padrone. È quindi un momento di goduria, nel senso più ampio del termine, non solo per chi si siede a un tavolo per stare in compagnia, stuzzicando piatti sfiziosi e sorseggiando le bollicine, ma un momento di massima soddisfazione anche per chi lo rende possibile, come me. Mi piace immergermi nei gusti del cliente, provare a misurare le sue aspettative. Ciò mi consente di dare il massimo e offrire una proposta di aperitivo accattivante, che poggia su assaggi dal sapore esplosivo. Se penso alla goduria che suscita il momento dell'aperitivo, anche in termini di divertimento, mi vengono in mente i pinchos o tapas tour, soluzioni che ti consentono di spaziare col gusto e giocare sui contrasti. Oltretutto, il fascino dell'aperitivo è dettato dalla sua natura transitoria, come momento che lega il trascorso del giorno all'affacciarsi della sera. Questo suo arco di tempo limitato lo rende unico, prezioso.

La ricetta per un aperitivo di successo dipende dalla padronanza delle tecniche di lavorazione dei prodotti e da come si struttura la proposta e da come vengono proposte le cose a fare la differenza. L'aperitivo, per

noi operatori del settore, equivale a un calcio di rigore per un calciatore: ti permette di spaziare dai formaggi ai salumi, fino ai primi piatti, accompagnando il tutto con una bollicina in grado di sgrassare e ripulire il palato, preparandolo per un nuovo assaggio. Occorre poi saper variare, alternando cibi freddi e caldi, tenendo d'occhio soprattutto la stagionalità dei prodotti, che non è una banalità: nei mesi estivi è importante servire, per esempio, verdure crude e lavorate ad arte per sprigionare quella freschezza capace di soddisfare il cliente; in inverno non manca, al contrario, la proposta di un piccolo timballo di carciofi. Inoltre il fritto non può mai mancare in un aperitivo fatto a regola d'arte: i moscardini, le fragoline di mare, dorati in un cartoccio, abbinati a una bottiglia di spumante, fanno della semplicità il segreto di un aperitivo da urlo. Nel ristorante di famiglia, poi, abbiamo uno dei nostri must che sono i mini McVittorio, mini hamburger delle dimensioni di un dado, farciti con senape, fontina e tanto altro, realizzati con un pane morbidissimo che si scioglie in bocca. Somigliano alle ciliegie: uno tira l'altro. Abbiamo anche i mini toast, pane tostato nel burro chiarificato, oppure i crostini croccanti con salsa tonnata, acciuga del Mar Cantabrico e nocciole, davvero fantastici. Un qualcosa che non può mai mancare e che rappresenta la territorialità è sicuramente la polentina, servita con una crema di baccalà mantecato.



# Baccalà mantecato

con salsa all'ajo blanco e meringa salata al lime



## ingredienti per 4 persone

### per il baccalà

baccalà (stoccafisso ammollato) **1 kg**  
olio E.V.O. **700 ml**  
olio al peperoncino q.b.  
olio all'aglio q.b.  
latte **250 ml**  
acqua **1 l**  
alloro  
ginepro  
pepe in grani  
aglio  
pepe  
sale

### per la salsa all'ajo blanco

mandorle **125 g**  
pane **35 g**  
spicchio di aglio **1**  
acqua **250 ml**  
aceto xeres **15 ml**  
olio E.V.O. **75 ml**  
olio di semi **75 ml**  
sale  
pepe

### per la meringa al lime

zucchero semolato **70 g**  
albume **90 g**  
albumina **10 g**  
scorza di lime q.b.  
sale Maldon

### Per il baccalà

**Tagliate** il baccalà in pezzi, mettetelo in una casseruola e coprite con acqua e latte. Aggiungete una foglia di alloro per profumare, assieme al ginepro, al pepe in grani e a 1 spicchio d'aglio.

**Portate** a bollore e cuocete per circa 20 minuti, spegnete poi il fuoco e lasciate intiepidire nel brodo di cottura.

**Spolpate** il pesce attentamente e tri-

tate la polpa con l'aiuto di un robot da cucina.

**Montate** poi il tutto con l'aiuto di una planetaria o direttamente nel cutter aggiungendo l'olio e parte dell'acqua di cottura. Infine insaporite con gli oli aromatizzati, sale e pepe. Deve risultare spumoso e soffice.

### Per la salsa all'ajo blanco

**Frullate** il pane con le mandorle e l'aglio, aggiungete gli oli a filo e poi

l'acqua, infine frullate per 2 minuti. Una volta ottenuto un composto omogeneo, insaporitelo con aceto, sale e pepe.

### Per la meringa al lime

**Montate** gli albumi con lo zucchero, la scorza di lime e l'albumina.

**Stendete** il composto sul silpat (tappetino in silicone microforato) e salate con il sale Maldon. Fate seccare in forno a 50/60°C per 60-90 minuti.





# Spiedini

DI PESCE, DI VERDURA, MA NON SOLO VERSIONI CLASSICHE, ANCHE PROPOSTE PIÙ ORIGINALI SU STECCO COME I POPS GUSTO PIZZA E I CORN DOG STATUNITENSIS. RICETTE PER TUTTI I GUSTI E LE OCCASIONI!

## LE RICETTE

- SPIEDINI DI GAMBERI ALLA GRIGLIA CON ANANAS
- SPIEDINI DI DATTERI AVVOLTI NELLA PANCETTA
- SPIEDINI DI CON SALMONE AFFUMICATO, FORMAGGIO E ANETO
- CORN DOG
- ZOLA STAGIONATO CON MOSTARDA DI CILIEGIE
- POPS SALATI GUSTO PIZZA
- SPIEDINI DI POMODORINI CON FETA AVVOLTA NELLE ZUCCHINE







Cotto e  
< mangiato >



## Spiedini di gamberi alla griglia con ananas



### ingredienti per 6 spiedini

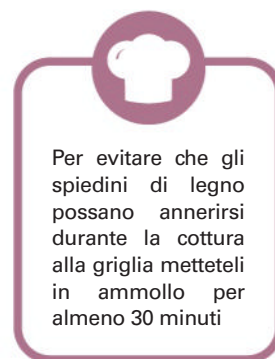
code di gamberi puliti **26**  
ananas fresco tagliato a cubetti **250 g**  
paprika dolce  
curcuma in polvere  
curry  
tabasco  
olio E.V.O.  
sale

**Preparate** una salsa piccante per gli spiedini mettendo in una piccola ciotola le spezie (paprika, curry e curcuma) insieme a qualche goccia di tabasco e 2 cucchiaini di olio, emulsionate e lasciate la salsa da parte.

**Realizzate** gli spiedini inserendo per ogni stecco di legno le code di gamberi e l'ananas, alternandoli tra loro.

**Spennellate** gli spiedini con la salsa piccante preparata in precedenza.

**Scaldare** la griglia, oppure una piastra, e appena è rovente posizionatevi gli spiedini e cuoceteli un paio di minuti per parte.



Per evitare che gli spiedini di legno possano annerirsi durante la cottura alla griglia metteteli in ammollo per almeno 30 minuti

## Spiedini di datteri avvolti nel bacon



### ingredienti per 4 persone

datteri **12**  
bacon affumicato **12**  
Parmigiano Reggiano grattugiato **25 g**  
rosmarino

**Tagliate** lateralmente i datteri ed estraete il loro nocciolo.

**Cospargeteli** con il Parmigiano Reggiano grattugiato.

**Avvolgete** ogni dattero in una fetta di bacon.

**Trasferiteli** in una teglia rivestita di carta da forno, distanziandoli tra loro, e cuoceteli a 200°C per 8 minuti.



### la variante: Spiedini di prugne secche

Sostituite i datteri con le prugne secche, per una versione dal gusto zuccherino





## Mini crêpes di salmone e stracchino sullo stecchino



### ingredienti per 8 persone per le crespelle

uovo 1  
farina 00 50 g  
latte 150 ml  
olio E.V.O.

### per la farcitura

salmone affumicato 4 fette  
stracchino 4 cucchiari  
aneto 1 mazzetto

### Per le crespelle

**Sbattete** l'uovo con metà del latte.

**Unite** la farina, poca alla volta, continuando a mescolare.

**Versate** il resto del latte e amalgamate con una frusta fino a ottenere una pastella liscia.

**Lasciate** riposare il composto per 1 ora in frigorifero.

**Ungete** una padella con un filo d'olio. Versate un mestolo di pastella e cuocete le crespelle per un paio di minuti, girandole a metà cottura.

**Ripetete** l'operazione fino a esaurire tutta la pastella.

**Impilatele** su un piatto e lasciatele raffreddare.

### Per la farcitura

**Lavate**, asciugate e tritate finemente il mazzetto di aneto.

**Distribuite** un cucchiaino di formaggio cremoso e spalmatelo su ogni crespella, cospargete con

l'aneto tritato e adagiatevi sopra le fette di salmone affumicato.

**Arrotolate** le crespelle al salmone su sé stesse.

**Avvolgetele** nella pellicola e fatele rassodare per 1 ora in frigorifero.

**Scartate** i rotoli e tagliateli in pezzi di 3-4 cm di spessore.

**Fermate** i rotoli con gli stecchini di legno e serviteli.







## Corn dog

### ingredienti per 12 pezzi

würstel grandi 6  
farina 00 60 g

### per la pastella

farina di mais 150 g  
farina 00 60 g  
uova 1

latte intero 200 ml  
bicarbonato 5 g  
zucchero semolato 15 g  
paprika dolce  
sale

### per friggere

olio di semi di arachide 1,5 l

**Versate** la farina di mais e la farina



00 in una ciotola, unite un pizzico di sale, lo zucchero, il bicarbonato e la paprika.

**Amalgamate** gli ingredienti con l'aiuto di una frusta e nel mentre versate a filo il latte.

**Aggiungete** l'uovo e continuate a sbattere fino a ottenere un composto liscio e denso.

**Tenete** la pastella da parte.

**Tagliate** i würstel a metà, infilate la parte non tagliata del würstel nello spiedino.



Il *corn dog* è un *würstel* ricoperto da una pastella di farina di mais, fritto in olio bollente. Viene infilzato con un bastoncino di legno in modo da poterlo mangiare in piedi, senza l'utilizzo delle posate. È un tipico cibo da strada statunitense.

**Ripetete** l'operazione per tutti i würstel, passateli nella farina e poi immergeteli nella pastella preparata in precedenza.

**Lasciate** scolare la pastella in eccesso.

**Immergete** i würstel, uno alla volta, nell'olio di semi caldo (170°C).

**Friggeteli** per circa 5 minuti fino a quando saranno dorati.

**Posizionate** i corn dog su un foglio di carta assorbente. Serviteli subito ancora caldi.



# Quadrotti di gorgonzola stagionato con mostarda di ciliegie



## ingredienti per 4 persone

Gorgonzola **150 g**

## per la mostarda di ciliegie

duroni chiari **250 g**

zucchero semolato **60 g**

vino bianco secco **30 ml**

succo di limone **½**

sale

semi di senape q.b.

## Per la mostarda di ciliegie

**Cuocete** i duroni per 10-15 minuti in una casseruola con lo zucchero, il vino bianco secco, il succo di limone e un pizzico di sale.

**Spegnete**, togliete dal fuoco e

aggiungete 3-4 gocce di essenza di senape e lasciate raffreddare.

## Per gli spiedini

**Tagliate** il gorgonzola a cubetti, scegliete quello stagionato, così da avere un formaggio più lavorabile al taglio.

**Posizionate** sopra al gorgonzola le ciliegie rimaste intere dalla preparazione della mostarda e infilate uno stecchino in modo da fermare i due ingredienti.

**Servite** con la mostarda di ciliegie.



## Pops salati gusto pizza

## ingredienti per 12 pezzi

rotolo di pasta *brisée* rettangolare **1**  
concentrato di pomodoro confezione  
da **140 g**

origano

mozzarella per pizza q.b.

sale

tuorlo d'uovo **1**

**Srotolate** la pasta *brisée* direttamente sulla teglia.

**Intagliate** i *pops* con delle formine per biscotti della forma che preferite.

**Mescolate** in una ciotola il concentrato di pomodoro con l'origano.



**Prendete** 6 delle forme ottenute e farcitele con il concentrato di pomodoro e la mozzarella tagliata a dadini.

**Inserite** i bastoncini e coprite con le altre 6 forme di pasta rimanenti.

**Schiacciate** e sigillate con le mani o con i rebbi di una forchetta i contorni della pasta.

**Spennellate** la superficie con il tuorlo sbattuto.

**Cuocete** in forno preriscaldato a 180°C per 15 minuti, fino a doratura. Sfornate e lasciate raffreddare.



## Spiedini di pomodorini con feta avvolta nelle zucchine



### ingredienti per 4 persone

zucchine 4  
pomodorini 1 kg  
feta 300 g  
basilico 5 foglie  
timo 1 mazzetto  
origano secco  
olio E.V.O.  
sale  
pepe nero macinato

**Lavate** le zucchine e sbianchitele leggermente. Poi privatele delle due estremità e tagliatele a strisce sottili per il lungo.

**Tagliate** la feta a cubetti, lavate i pomodorini e lasciateli interi in una ciotola.

**Preparate** un trito di erbe aromatiche: basilico, timo e origano.

**Versate** in una ciotola un po' d'olio, aggiungete il sale, il pepe e il trito di erbe.

**Arrotolate** le fettine di zuccina intorno ai cubetti di feta, prendete poi gli stecchi da spiedino e infilate in ognuno di questi un cubetto di feta e un pomodorino, alternandoli tra loro.

**Condite** gli spiedini con il composto di olio e spezie, utilizzando un pennello da cucina.

**Scaldare** una griglia sul fuoco e, una volta calda, adagiatevi gli spiedini.

**Grigliate** gli spiedini per pochi secondi, in modo da non far sciogliere troppo la feta che deve rimanere intatta, poi disponeteli su un piatto.

**Gustateli** tiepidi o freddi.









# SCUOLA DI PASTICCERIA

## Macaron tiramisù



### INGREDIENTI PER 40 MACARON

- farina di mandorla **200 g**
- zucchero a velo senza amidi aggiunti **200 g**
- acqua **50 ml**
- zucchero semolato **200 g**
- albumi pastorizzati **150 g**

### PER LA GANACHE AL MASCARPONE, CAFFÈ E CIOCCOLATO BIANCO

- cioccolato bianco **170 g** (preferibilmente gocce)
- mascarpone **250 g**
- burro **40 g**
- zucchero a velo **25 g**
- caffè ristretto q.b.
- cacao amaro **1 cucchiaino**

### OCCORRENTE

termometro da cucina - carta forno o tappetini da macaron - frullatore - sbattitore elettrico, planetaria o robot da cucina con frusta - pentolino con fondo pesante - pennello da cucina in silicone (facoltativo) - sac à poche con beccuccio liscio (8 mm) - setaccio - spatole (meglio se rigide) - ciotole

### PER LA GANACHE AL MASCARPONE, CAFFÈ E CIOCCOLATO BIANCO:



- 1) **Sciogliete** il cioccolato bianco a bagnomaria (o nel microonde)
- 2) **Unite** con la frusta elettrica il mascarpone, il caffè, il cacao, il burro e lo zucchero a velo.
- 3) **Lasciate** rassodare una notte in frigorifero la ganache coperta da una pellicola trasparente

### PER IL MACARON TIRAMISÙ:

- 4) **Predisponete** e pesate con cura gli ingredienti.



- 5) **Frullate** la farina di mandorla con lo zucchero a velo, facendo pause perché le mandorle non si surriscaldino rilasciando olio. Setacciate il composto e se si fosse scaldato, stendetelo su un foglio di carta forno e lasciate qualche ora a seccare.

- 6) **Versate** il mix ottenuto in una ciotola abbastanza capiente. Aggiungete 75 g di albume e mescolate bene (si formerà una pasta di mandorla piuttosto densa).

- 7) **Versate** l'albume rimanente nella ciotola della planetaria e iniziate a montare con la frusta a media velocità. Non deve montare a neve ma iniziare a montare.



8) **Versate**, mentre la planetaria è in azione, lo zucchero in un pentolino, aggiungete l'acqua e scaldate a fuoco medio.

9) **Fate** cuocere monitorando spesso la temperatura col termometro. Quando lo sciroppo avrà raggiunto 121°C abbassate la velocità della planetaria e versatelo a filo sugli albumi, sulla parete della ciotola.



È importante mettere prima lo zucchero e poi l'acqua nel pentolino per evitare cristallizzazioni

10) **Una volta versato** tutto aumentate al massimo la velocità finché la base della ciotola sarà fredda (circa 10-15 min).

11) **Versate** una parte della meringa nella pasta precedentemente ottenuta (circa 1/3) e mescolate bene senza paura di smontarla.



12) **Aggiungete** quindi con movimenti delicati ma decisi la restante parte, dal basso verso l'alto.

13) **Posizionate** la carta forno sulle placche e con un cucchiaino prelevate dei pezzettini di impasto e metteteli sulle teglie per fermare i fogli ai 4 lati.

14) **Mettete** il composto in una *sac à poche* munita di beccuccio liscio 8 mm di diametro, tagliate la punta a circa 1 cm dall'inizio beccuccio.

15) **Formate** i dischetti sulla carta forno (o sui tappetini da *macaron*). Sbatteleggermente le teglie.



16) **Lasciate** riposare circa 20-30 minuti (senza coperture).

17) **Cuocete** una teglia alla volta in forno ventilato preriscaldato a 140-150°C per 12-15 minuti circa.

18) **Lasciate** raffreddare, staccate con delicatezza. I dischetti devono essere ben freddi, altrimenti si rovineranno in frigo.

19) **Farcite** una coppia di dischetti posizionando la crema al centro aiutandovi con una *sac à poche*.



20) **Lasciate** assestare i macaron in frigorifero almeno qualche ora dentro un contenitore ermetico. Servite, a piacere, con cacao setacciato.



#### CONSIGLI SUI MACARONS

- Meglio preparare le farciture un giorno (o almeno una notte) in anticipo.
- Lasciar riposare i *macaron* accorpati almeno qualche ora (si conservano fino a una settimana in un contenitore ermetico in frigo).
- Si possono congelare.
- Controllare che nello zucchero a velo non sia presente amido.



# Tartellette

## con rose di mele



### INGREDIENTI PER 16 TORTINE

#### PER LA FROLLA

- farina 00 **250 g**
- burro **150 g**
- zucchero a velo **100 g**
- tuorli **40 g (circa 2)**
- sale
- cannella

#### PER LA CREMA DA COTTURA

- latte intero **250 ml**
- zucchero **100 g**
- tuorlo **1**
- uovo **1**
- amido di mais **15 g**
- fecola di patate **15 g**
- semi di vaniglia (o estratto) q.b.

#### PER LE ROSE

- mele non trattate anche di colori diversi **2**
- zucchero a velo q.b.



#### IDEA PRATICA

Quando preparate la frolla potete raddoppiare la dose e conservarne in frigo una parte per circa una settimana oppure in congelatore

1) **Frullate** tutti gli ingredienti della pasta frolla in un frullatore finché si formerà una "massa unica".



2) **Trasferite** l'impasto su una spianatoia leggermente infarinata e continuate a lavorarlo fino a formare un panetto. Copritelo e lasciatelo riposare in frigorifero circa 2 ore.

3) **Mescolate** il tuorlo, l'uovo, lo zucchero, l'amido e la fecola.



4) **Scaldare** il latte fino a sfiorare il bollore. Unitene un mestolo al composto di uova, versate tutto dentro il pentolino del latte e, a fuoco medio e sempre mescolando con una frusta, arrivate a una consistenza leggermente più soda della crema pasticciera tradizionale.

### la variante: con la frolla pronta

Potete realizzare le tortine utilizzando un rotolo di pasta frolla già pronta da 230 g circa. In questo caso, partite dal passaggio numero 3 della ricetta.





5) **Versate** in un contenitore basso e largo per freddare più velocemente e coprite con pellicola trasparente a contatto.

6) **Riprendete** il panetto, lavoratelo leggermente, stendetelo con un mattarello a uno spessore di circa 3mm.



7) **Ricavate** dei dischetti di circa 8-10 cm di diametro e inseriteli negli stampi da tartellette o da mini muffin leggermente imburrati (dovranno avere un bordo di circa 1 cm). Bucherellateli con una forchetta da dolce.

8) **Tagliate** a fettine sottili le mele pulite e private del torsolo, tenendo la buccia (utilizzate colori diversi per un effetto ancora più *bouquet*). Potete usare anche una mandolina.



9) **Posizionate** le fettine leggermente distanziate su una teglia coperta con carta forno e pre cuocetele 5 minuti a 180°C. In questo modo le lavorerete meglio. Fate intiepidire.

10) **Versate** un cucchiaino di crema su ogni tortina, non esagerate perché poi ci andrà anche la rosellina e non deve fuoriuscire (non deve però nemmeno essere troppo poca).

11) **Formate** le roselline sulla vostra mano e fatele leggermente affondare nella crema.



12) **Cuocete** in forno ventilato a 170°C per circa 15 minuti, controllate soprattutto che le basi di frolla siano dorate. Fate raffreddare.

13) **Servite** con zucchero a velo a piacere.





# Cheesecake fredda

con mozzarella  
di bufala e coulis  
ai frutti di bosco



## INGREDIENTI PER 16 MIGNON

- biscotti secchi **70 g**
- burro **1 cucchiaio**
- zucchero semolato (facoltativo)
- cannella
- mozzarella di bufala **200 g**
- panna fresca **180 g**
- cioccolato bianco **50 g**
- latte intero **50 g**
- zucchero a velo **40 g + 2 cucchiaini**
- colla di pesce **8 g**
- frutti di bosco maturi misti **120 g**
- confettura frutti di bosco **1 cucchiaio** (facoltativa)
- succo di limone **1 cucchiaio**

## la variante:

Realizzate una versione al Mojito aggiungendo alla crema 2 cucchiaini di rum, 1 cucchiaio di succo di lime e la scorza di mezzo lime, utilizzando lo zucchero di canna come fosse lo zucchero a velo. Omettete la *coulis* e decorate con pezzettini di cristalli di zucchero di canna o meringa sbriciolata, marmellata di lime (o scorza grattugiata sul momento) e foglioline di menta.

1) **Mettete** la colla di pesce ad ammorbidirsi in acqua fredda.

2) **Fate** a pezzetti la mozzarella e mettetela a bagnomaria con il latte, mescolando fino a quando inizia a sciogliersi.



3) **Frullate** la mozzarella e il latte con un frullatore a immersione, cercando di togliere tutti i grumi (eventualmente, passate con un colino a maglie fini).

4) **Aggiungete** la colla di pesce strizzata e il cioccolato bianco fatto a scaglette e mescolate bene.



5) **Riponete** in frigo finché la crema si addensa. Aggiungete la panna fresca montata.

6) **Frullate** i biscotti con il burro, lo zucchero semolato e un pizzico di cannella.





7) **Disponete** dei pirottini in teglie da mini muffin (sempre leggermente imburrati, in modo da toglierli più facilmente prima di portare i mini dolci in tavola).

8) **Create** la base biscotto aiutandovi con un cucchiaino. Passate sopra ogni base il dito leggermente inumidito per compattare ancora meglio.

9) **Versate** la crema aiutandovi con una *sac à poche*. Livellate e riponete in frigo per una notte.

10) **Cuocete** in una padella antiaderente i frutti di bosco puliti con la confettura, lo zucchero a velo rimasto e il limone, a fuoco medio finché l'acqua sarà ristretta (ci vorranno circa 5 minuti). Frullate bene con un frullatore a immersione e passate la salsina ottenuta da un colino per eliminare eventuali semini rimasti.

11) **Togliete** le mini cheesecake dai pirottini facendo attenzione e servitele con un cucchiaino di *coulis* ai frutti di bosco.



Pare che la prima versione, molto semplificata, di questa famosa torta americana a base di formaggio di capra e addolcita col miele, sia stata ideata dagli antichi Greci per gli atleti che partecipavano alle Olimpiadi e che avevano bisogno di un carico di energie. Fu invece un noto produttore americano a ideare la ricetta della torta *cheesecake* che oggi noi tutti conosciamo e della quale esistono molte varianti, sia crude che cotte





# Dulcis in fundo

CREAZIONI DOLCI COSÌ BELLE DA VEDERE  
CHE È UN PECCATO TOCCARLE. I DESSERT  
MONOPORZIONE O AL CUCCHIAIO SONO MINI  
CAPOLAVORI IRRESISTIBILI AGLI OCCHI E ALLA  
GOLA. QUI VI PROPONIAMO UNA SELEZIONE  
MOLTO ORIGINALE INSAPORITA DA TÈ E LIQUORI





## LE RICETTE

- MINI CLAFOUTIS ALLE CILIEGIE E TÈ NERO
- AVOCADO TRUFFLES
- BICCHIERINI CIOCCO SANGRIA
- TORTA CIOCCOLATINO AROMATIZZATA  
AL TÈ MATCHA E AL PEPERONCINO
- BOLO DE BOLACHA
- ISPIRAZIONE DI CASSATA NEL BICCHIERE



## Mini clafoutis alle ciliegie e tè nero



### ingredienti per 10 mini clafoutis

ciliegie **250 g** (peso senza nocciolo)  
uova **2**  
farina 00 **50 g**  
farina di mandorle **20 g**  
latte intero **120 ml**  
tè nero **3 bustine**  
zucchero di canna **50 g** +  
per la base delle cocottine  
estratto di vaniglia **1 cucchiaino**  
zucchero a velo (facoltativo)  
burro **1 cucchiaino** +  
per imbrattare q.b.

**Imburrate** delle cocottine adatte alla cottura in forno, in vetro o ceramica e corpargetele bene con zucchero di canna.

**Snocciolate** le ciliegie e mettetele in una ciotola con metà dello zucchero quindi lasciate riposare in frigo circa 30 minuti.

**Scaldare** il latte e metteteci le bustine del tè in infusione per il tempo indicato sulla confezione. Toglietele e fate intiepidire.

**Disponete** le ciliegie intere sul fondo delle cocottine, rivestendo tutta la base (la parte che conteneva il nocciolo dovrà essere rivolta verso l'alto).

Originario della zona di Limousin, il Clafoutis è un dolce francese semplicissimo da preparare. Dopo aver imburato e zuccherato una teglia che sarà quella che porterete in tavola, si dispongono le ciliegie sulla base e poi si aggiunge sopra un composto simile a quello per preparare le crêpes. Secondo la tradizione, era la "schiscetta" dei contadini nelle giornate di lavoro e la ricetta originale prevedeva l'uso di ciliegie col nocciolo



**Mescolate** con una frusta le uova, lo zucchero rimasto, il sale, il latte aromatizzato al tè, la farina setacciata, la farina di mandorle, l'estratto di vaniglia e il burro fuso.

**Versate** il composto sopra le ciliegie arrivando massimo a 2/3 della cocotte e metteteci in forno ventilato a 170°C per circa 15-20 minuti fino a quando la superficie risulterà dorata in maniera omogenea.

**Servite** tiepide, con zucchero a velo a piacere.

### la variante:

Provatele con altra frutta a piacere: susine, albicocche, pesche e mandorle, ottimo e insolito anche con mela e kiwi.



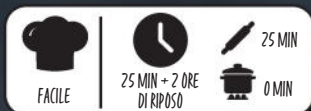




Per la cottura in una terrina grande considerate una tortiera di ceramica o di vetro di 26 cm di diametro. Cuocete a 180°C in forno ventilato per 15 minuti, poi abbassate la temperatura a 150°C e continuate la cottura per altri 20 minuti fino a doratura



# Avocado Truffles



## ingredienti per 20 tartufini

polpa di avocado maturo **200 g**

(circa 2)

cioccolato fondente **300 g**

miele di acacia **30 g**

granella di nocciola q.b.

**Sciogliete** il cioccolato a bagnomaria o nel microonde.

**Versate** il cioccolato in una ciotola, aggiungete il miele, mescolate e fate intiepidire.

**Unite** l'avocado frullato e lasciate circa 2 ore in frigo, coperto con pellicola trasparente.

**Mettete** il cacao e la granella in due piattini.

**Formate** con l'impasto delle palline grandi come una noce, roteandole con le mani (vi consigliamo di usare dei guanti monouso).

**Passatene** poi metà nel cacao e metà nella granella. Serviteli freddi!

## la variante:

Potete arricchire i tartufini aggiungendo all'impasto 3 cucchiaini di farina di mandorle o cocco e ricorpirli con cioccolato sciolto, fatto colare sui tartufini formando delle righe decorative.





A lungo “demonizzato” perché considerato molto grasso, oggi l’avocado gode di un’ottima reputazione per le sue straordinarie proprietà tanto da essere definito “superfood”. Le sue terre d’origine sono il Messico e l’America Centrale e viene chiamato anche “pera alligatore”, per la sua forma e per la consistenza della sua buccia.

Si dice che abbia proprietà afrodisiache (i primi a dirlo furono gli Aztechi), è ricco di proteine, grassi e vitamine, in particolare delle vitamine A, E, K e B, è molto energetico e ricco anche di sali minerali, come potassio, fosforo, magnesio e calcio. È però molto calorico quindi non bisogna eccedere col consumo



## Bicchierini ciocco sangria



### ingredienti per 12 bicchierini circa per la ganache cioccolato e vino

cioccolato fondente al 55% **250 g**  
vino rosso **300 ml**  
zucchero **50 g**  
arancia non trattata, lavata **1**  
cannella in polvere q.b.

### per la gelatina di Sangria

vino rosso **125 ml**  
zucchero **25 g**  
mela gialla **½**  
arancia non trattata, lavata **½**  
cannella **1 stecca**  
lamponi freschi puliti q.b.  
colla di pesce **2 fogli**

### per decorare

cioccolato fondente q.b.

**Fate** ammolare la gelatina in acqua fredda.

**Pulite** la mela, tagliatela in piccoli pezzi. Dividete i lamponi a metà, tenendone qualcuno intero per decorare.

**Pelate** l'arancia a vivo, tenendo da parte la scorza, fatela a pezzetti conservando anche il succo.

**Scaldare** a fuoco vivo il vino, lo zucchero, il succo e le scorze di arancia, la cannella e fate sobbollire per qualche minuto.

**Filtrate** attraverso un colino a ma-

glie strette, versando il liquido in una ciotola, aggiungete la gelatina, mescolate bene e poi aggiungete con delicatezza anche la frutta a pezzetti.

**Lasciate** intiepidire a temperatura ambiente.

**Inserite** un cucchiaino di gelatina nei bicchierini (potete anche aiutarvi con una *sac à poche*).

**Versate** della farina in un piatto fondo abbastanza largo così da mettere i bicchierini in posizione obliqua.

**Lasciate** riposare in frigo circa 30 minuti.

**Scaldare** in un pentolino il vino, l'arancia a pezzetti, lo zucchero e un pizzico di cannella e lasciate sobbollire 10 minuti.

**Versate** il vino in una ciotola, sempre attraverso il colino, sopra al cioccolato spezzettato. Mescolate bene per far sciogliere il cioccolato. Lasciate intiepidire.

**Togliete** i bicchierini dalla farina, puliteli, versate il cioccolato sopra la gelatina e lasciate in frigo per almeno 2 ore prima di servirli.

**Decorate** a piacere con un lampone e scaglie di cioccolato fondente.

### la variante:

Al posto della gelatina di Sangria potete preparare una versione analcolica con: 200 g frutti rossi a piacere, 100 ml succo di lampone, 2 fogli di gelatina.







La sangria è una bevanda alcolica rinfrescante, a base di vino, spezie e frutta, tipica della Penisola iberica. Ne esistono varie ricette, a seconda delle zone e della disponibilità degli ingredienti. Generalmente si prepara con il vino rosso ma ad esempio in Catalogna è realizzata con vini spumante o bianchi ("sangria de cava"). In origine sembra che fosse servita tra i contadini portoghesi che la chiamarono così per il colore simile al sangue





Abbinamento perfetto, cioccolato e peperoncino. Il cioccolato viene esaltato dalla piccantezza del peperoncino, ma attenzione a non eccedere col piccante!



## Torta cioccolato aromatizzata al tè Matcha e al peperoncino



### ingredienti per 6/8 persone

cioccolato fondente al 70% **350 g**  
tè matcha in polvere **2 cucchiaini** +  
per decorare q.b.  
panna fresca **200 ml**  
miele d'acacia **2 cucchiari**  
burro **2 cucchiari**  
cacao amaro q.b.  
peperoncino non troppo forte in polvere q.b.

**Fate** sciogliere a bagnomaria (o nel micro-onde) il cioccolato a pezzetti con il burro.

**Portate** (in un altro pentolino) la panna quasi a ebollizione e fatevi sciogliere il tè matcha.

**Aggiungete** la panna al composto di cioccolato e mescolate bene con una frusta qualche minuto finché non sarà ben amalgamato.

**Aggiungete** il miele mescolando ancora.

**Versate** il composto in uno stampo da 24 cm o in stampi monoporzione e coprite con pellicola trasparente.

**Lasciate** raffreddare e mettete in frigorifero per almeno una notte.

**Togliete** dal frigorifero mezz'ora prima di servire la torta, tagliatela a piccoli quadrati o rettangoli e decorate a piacere con cacao amaro, tè matcha, peperoncino.

### la variante: ↗

Potete arricchire la torta unendo all'impasto biscotti sbriciolati, riso soffiato e granola, quindi decorarla con ciuffi di panna montata o caramello. Potete anche utilizzare il cioccolato al latte, soprattutto se ci sono bambini, omettendo il miele.



## La Strada del Prosecco e Vini dei Colli di Conegliano e Valdobbiadene

Un percorso enoturistico realizzato nel 1966, diventando la strada del vino più antica d'Italia. Il punto di partenza coincide con la Scuola Enologica di Conegliano. Da qui si dipana un itinerario di 120 chilometri, che comprendono il tratto originale e le successive ramificazioni, tra vigneti, borghi, paesini e scorci suggestivi, che nel 2016 hanno ottenuto il riconoscimento, a livello nazionale, di Paesaggio Rurale Storico.



Consorzio di Tutela



PROSECCO SUPERIORE  
DAL 1876









Tradizionale dolce portoghese, richiama il nostro tiramisù ma viene preparato con aggiunta di cocco, con il burro al posto del mascarpone e solitamente con dei biscotti secchi più sottili di quelli che si trovano in commercio in Italia

## Bolo de Bolacha



### ingredienti per 6 persone

biscotti secchi **250 g**

burro **125 g**

zucchero **125 g**

tuorli **4**

caffè espresso lungo circa **3**

latte **3 cucchiari**

noci pecan una manciata (facoltative)

cannella (facoltativa)

farina di cocco q.b.

**Togliete** il burro dal frigo circa 1 ora prima dell'utilizzo, affinché sia molto morbido, e mettetelo in una ciotola a pezzetti.

**Aggiungete** lo zucchero e un tuorlo alla volta, mescolando possibilmente con una frusta elettrica. Montate bene.

**Procedete** alla composizione del dolce mettendo sulla base di una pirofila di circa 26 cm di diametro strati alternati di crema, biscotti leggermente bagnati nel caffè unito al latte, poco cocco grattugiato e poca cannella.

**Terminate** con uno strato di crema, cocco e noci pecan.

**Lasciate** riposare qualche ora in frigorifero, meglio una notte, coperto da pellicola trasparente. Servite a fettine.

### la variante:

Potete aggiungere tra gli strati, dei pezzettini di fragola conditi con limone e zucchero.





## Ispirazione di cassata nel bicchiere



### ingredienti per 12 bicchierini circa

ricotta di pecora fresca **400 g**  
zucchero a velo **50 g**  
zucchero semolato **2 cucchiaini**  
mix cedro e arancia canditi **40 gr**  
gocce di cioccolato fondente q.b.  
aroma di fiori d'arancio **poche gocce**  
semi di vaniglia (o estratto)  
**1 cucchiaino**  
succo d'arancia rossa di Sicilia  
**1 cucchiaino**  
cous cous **40 g**  
latte intero **40 g**  
cacao amaro **1 cucchiaino raso**

**Mettete** il cous cous in una ciotola, aggiungete lo zucchero semolato e il latte scaldato, mescolate con una forchetta e coprite 5 minuti.

**Aggiungete** il cacao, sgranate bene il tutto e fate raffreddare.

**Per preparare** la crema sgocciolate e setacciate la ricotta e unitela allo zucchero a velo.

**Aggiungete** i semi di vaniglia, i canditi fatti a pezzetti tenendone alcuni da parte per la decorazione,

Potete preparare la crema di ricotta un giorno prima e conservarla in frigo coperta con pellicola trasparente per farle prendere ancora più sapore.

le gocce di cioccolato, l'aroma di fiori d'arancio, il succo d'arancia (se risultasse troppo densa unite 1-2 cucchiaini di latte intero).

**Versate** uno strato di cous cous al cacao sulla base dei bicchierini monoporzionati, riempiteli con la crema e lasciate riposare una notte in frigo (o almeno qualche ora).

**Decorate** con i canditi rimasti e cacao amaro a piacere.

**Servite** i bicchierini ben freddi, con scaglie di cioccolato fondente.

### la variante:

Potete aggiungere a copertura un dischetto o dei pezzetti di marzapane verde chiaro e bianco e dei pistacchi, in modo da ricordare ancora di più l'originale e sostituire il cous cous con del pan di Spagna bagnato con uno sciroppo di acqua e zucchero.









# Gelati e sorbetti

A BASE FRUTTA O CREME, I GELATI E I SORBETTI SONO L'IDEALE PER COMBATTERE IL CALDO E ALLO STESSO TEMPO CONCEDERSI UNA PAUSA O UN FINE PASTO: GOLOSO E SANO COME IL GELATO FURBO AL MANGO, LEGGERMENTE ALCOLICO E DI UN BEL COLORE QUELLO ALLA MELA VERDE, O SUPER CHIC COME UN BACIO DI MERINGA

## LE RICETTE

- SORBETTO MELA VERDE E CALVADOS
- GELATO FURBO AL MANGO VEGANO E SENZA ZUCCHERO
- BACI DI MERINGA CON GELATO ALLO YOGURT E MORA
- MELONE & PORTO











Servite il sorbetto con delle Cialdine di mandorla. Vi serviranno: burro 25 g - zucchero a velo 25 g + per spolverare - albume 1 - panna fresca 1 cucchiaio - farina 00 20 g - farina di mandorle 1 cucchiaio - mandorle a lamelle 1 cucchiaio.

Mescolate il burro con lo zucchero a velo e la panna fino a ottenere una crema. Aggiungete l'albume e incorporate le farine. Stendete con un cucchiaio strati sottili del composto su un foglio di carta forno. Spolverate con le lamelle di mandorle e zucchero a velo setacciato. Cuocete in forno a 170°C per 3-4 minuti fino a doratura e, a piacere, arrotolate velocemente i dischi su un mattarello. Per una porzione finger basterà mezza cialdina spezzata.



Il Calvados è un distillato del sidro, una sorta di vino a basso tenore alcolico ottenuto dalla fermentazione delle mele. Come il sidro, è originario della Normandia, l'unica regione francese dove non viene coltivata la vite e questo spiega il perché della sua nascita proprio in questa zona, a "sostituzione" del vino

## Sorbetto mela verde e Calvados



### ingredienti per 8 persone

mele verdi non trattate 2

succo di limone 1

albume 1

acqua 80 ml

zucchero 80 g + 1 cucchiaio

Calvados q.b.

olio E.V.O delicato

biscottini a piacere q.b.

**Fate** bollire lo zucchero con l'acqua fino a quando si sarà ben sciolto. Fate raffreddare.

**Pulite** le mele e fatele a pezzi, lasciandone una con la buccia.

**Saltatele** in padella antiaderente a fiamma vivace con poco olio e il cucchiaio di zucchero.

**Aggiungete** il limone, un bicchierino di Calvados, lasciate evaporare leggermente e togliete dal fuoco.

**Frullate** il composto con lo sciroppo di zucchero direttamente in un contenitore che potrà andare in freezer.

**Aggiungete** anche l'albume, sempre frullando. Se non avete la gelatiera mettete il composto in freezer per un'ora, poi frullatelo e rimettetelo nel freezer, ripetendo l'operazione per 3 volte.

**Servitelo** in bicchieri con fettine di mela, una spruzzata di Calvados a piacere e dei biscottini o delle cialde di mandorla.



# Gelato furbo al mango

*vegano e senza  
zucchero*



## ingredienti per 8 persone

banane mature **2**  
manghi maturi **2** (o **1 grande**)  
latte di mandorla senza zucchero  
freddo q.b. (o di riso)  
fettine di mango fresco per decorare  
menta fresca (facoltativa)

**Sbucciate** la frutta e tagliate le  
banane e il mango a pezzi.

**Metteteli** in sacchetti per alimenti e  
riponeteli in freezer per un minimo  
di 4 ore.

**Togliete** la frutta dal freezer qualche  
minuto prima di frullarla.

**Frullatela** con poco latte di  
mandorla versato a filo, fino ad  
avere una consistenza densa ma  
cremosa.

**Servite** con fettine di mango e  
foglioline di menta.



Per capire quando un mango è maturo, bisogna per prima cosa annusarlo: dovrete sentire un odore dolce (non badate al colore che spesso inganna). Quelli maturi e pronti all'uso hanno inoltre una consistenza morbida e un peso maggiore



Durante la Rivoluzione Culturale cinese, nel 1968, Mao Tse-Tung per ricompensare la fedeltà di un gruppo di operai inviò loro 40 manghi. Nel nord della Cina degli anni Sessanta questo frutto esotico era sconosciuto e provocò grande curiosità: tra la possibilità di dividerseli e quella di conservarli decisero di metterli sotto formaldeide e di farne delle copie in cera da mettere sotto teca e distribuire a ciascuno dei lavoratori. Sia i manghi conservati che le copie divennero oggetti di culto, con dedicate processioni e feste in tutta la Cina



## la variante:

Provate la versione "solo un ingrediente", un mix tra un frullato, un sorbetto e un gelato gusto banana. Vi occorreranno solamente 2 banane molto mature che metterete in frigo per 4-5 ore, intere. Sbucciatele aiutandovi con un coltello. Tagliatele a pezzi e frullate in un mixer senza aggiungere altro. Otterrete all'inizio una consistenza granulosa ma che si trasformerà in una crema densa, leggermente ghiacciata. Consumate subito perché rimettendolo in freezer perderà parte della cremosità. Perfetto con un velo di cioccolato spalmabile appena scaldata e delle mandorle a lamelle.





## Baci di meringa con gelato allo yogurt e mora



### ingredienti per circa 20 baci

meringhe pronte **40**  
yogurt greco **200 g**  
panna fresca **125 ml**  
zucchero **25 g**  
miele di acacia 1 cucchiaino  
confettura di more di rovo 100%  
frutta q.b.

**Scaldare** la panna in un pentolino fino a sfiorare il bollore.

**Togliete** dal fuoco e aggiungete zucchero e miele, amalgamando bene.

**Fate** raffreddare completamente.

**In una ciotola** mescolate la panna, realizzata con zucchero e miele, con lo yogurt e mettete in gelatiera per circa 30 minuti, o comunque come da istruzioni.

**Poco prima** dell'utilizzo versate nel gelato qualche cucchiaino di confettura

di mora e mescolate brevemente per formare la variegatura.

**Accoppiate** le meringhe e unitele con un cucchiaino di gelato.

**Rimettetele** in freezer un paio d'ore prima dell'utilizzo.

### la variante:

Per fare un gelato allo yogurt senza gelatiera vi servivano 250 g di yogurt greco, 200 g di panna fresca ben fredda, 3 cucchiai di latte condensato. Prendete 2 ciotole e mettetele nel freezer 1 ora prima dell'utilizzo. Passato questo tempo, in una ciotola montate la panna con fruste elettriche, nell'altra lavorate sempre con le fruste lo yogurt e il latte condensato. Unite delicatamente la panna al composto di yogurt e riponetelo in freezer per circa 4 ore, mescolandolo ogni ora.



# Melone & Porto



## ingredienti per 4 persone

meloncini piccoli 2  
vino Porto rosso 350 ml  
zucchero 70 g

**Lavate** i due meloncini, eliminate i piccioli e tagliate su entrambi i lati due calottine alle estremità per dar loro stabilità.

**Tagliateli** a metà (a piacere facendo dei taglietti a triangolo per renderli più belli) ed eliminate tutti i semi aiutandovi con un cucchiaino.

**Praticate** con un cucchiaino delle incisioni sulla la polpa, anche sul fondo, in modo che si insaporiscano bene.

**Spolverate** con lo zucchero e mettete il rimanente sulle basi.

**Riempite** le coppette con il vino, copritele con pellicola trasparente e ponetele in frigo per almeno 3 ore.

**Togliete** la pellicola e servite ben fredde, si mangiano al cucchiaino scavando la polpa.



Il Porto, o vino di Porto, è un vino liquoroso prodotto esclusivamente da uve provenienti dalla regione del Douro, nel nord del Portogallo.

La sua caratteristica principale è avere una fermentazione incompleta, fermata a uno stadio iniziale tramite l'aggiunta di alcol vinico, ottenuto dalla distillazione del vino contenente circa il 77% di alcol. In questo modo il vino risulta naturalmente dolce (a causa del residuo zuccherino derivante dall'uva che i lieviti non hanno potuto trasformare interamente in alcol).



## la variante: ↗

Il melone al Porto si può preparare anche riducendo a palline la polpa del melone con l'ausilio di uno scavino e ricoprendole per una decina di minuti con qualche cucchiaino di zucchero e poca cannella; bagnate poi con il vino e lasciate riposare in frigo qualche ora.



# CONSIGLI PER ALLESTIRE un perfetto apericena

Se esiste un galateo da rispettare a tavola, anche l'apericena prevede usi e costumi che richiedono particolari accorgimenti per il suo allestimento. Che sia in salotto, terrazza o giardino, lo spazio a disposizione e l'allestimento dell'evento sono fattori importanti tanto quanto la scelta del menu, e si possono realizzare con altrettanta fantasia e creatività.

**1** La premessa fondamentale è che gli ospiti possano muoversi liberamente e che ci sia modo di portare in tavola nello stesso momento cibo, bevande e accessori di servizio, come posate, piatti e bicchieri, anziché le singole portate. Se lo spazio a disposizione è poco, createlo ricavando diverse altezze: potete utilizzare delle vecchie **casette di legno** per realizzare dei ripiani da appoggiare sul tavolo. I vostri ospiti potranno non solo ammirare l'allestimento scenografico, ma anche raggiungere più facilmente le pietanze.



**2** Importante tanto quanto l'esposizione scenografica delle pietanze, è l'ordine e il criterio con cui le presenterete agli ospiti. In base al menu scelto, selezionate i piatti caldi, da servire prima se non volete che si raffreddino e se non volete privare gli ospiti della vostra presenza per badare al forno. I piatti freddi al contrario non vanno lasciati troppo tempo "in esposizione", soprattutto in estate, e a maggior ragione se sono a base di salse come la maionese o se si tratta di carpacci. Attenzione ai fritti, che sono golosi anche se non "appena fatti" ma che rischiano di perdere croccantezza e diventare asciutti.

**3** Oppure, optando per semplici **alzatine**, tipicamente utilizzate per i dolci, ma adattabili con creatività al finger food.



**4** Lo **stile** rispecchierà quello della vostra casa, dell'occasione e soprattutto del cibo che presentate: rustico, minimale, tradizionale... Non c'è limite alla fantasia!

**5** Per un apericena informale con amici potete tranquillamente evitare l'uso della tovaglia, mettendo a disposizione però una quantità adeguata di **tovaglioli**, meglio se di carta, magari piegati insieme alle posate e inseriti in un cestino a creare un *bouquet*.



**6** Oltre ad apparecchiare il tavolo in anticipo in base allo stile scelto e al tema, scegliete con cautela piatti, posate, bicchieri e tovaglioli. Non solo in base allo spazio a disposizione, ma optando per soluzioni **usa e getta** che siano magari anche ecologicamente sostenibili.



**7** Un'altra idea che vi permetterà di riutilizzare utensili che già avete a disposizione per giocare con la creatività e creare un allestimento alternativo, è rappresentata dai **taglieri di legno**, da utilizzare sia come "piatto di portata", che eventualmente come vassoio per ciotoline o i classici cucchiari monoporzione.



**8** Un altro consiglio è raccogliere tutte le **ciotole** che avete: potete anche giocare con forme e colori diversi, vi permetteranno di allestire la tavola in tantissimi modi, cambiando solo il cibo proposto. Ad esempio, le ciotoline che solitamente si utilizzano per cuocere i soufflé sono l'ideale per impiattare le monoporzioni.



**9** Per facilitare i vostri ospiti nel servirsi, non dimenticatevi di predisporre gli **stick** per *canapé*: non solo aiutano ad afferrare più facilmente polpette e crostini senza toccarli, ma sono anche molto scenografici.



**10** Per le preparazioni più cremose, usate invece i **bicchierini**: anche qui potete spaziare con forme e dimensioni, ma ricordate di fornire in abbinamento anche il cucchiaino.



**11** In alternativa, sono funzionali oltre che simpatici da vedere e facilissimi da realizzare, i **cestini di carta** per raccogliere e servire il fritto.



**12** Un'altra opzione non solo pratica ma anche molto green è rappresentata da coni in legno ideali per il fingerfood.



**13** In commercio si trovano tanti utensili biodegradabili dal design originale, ideali per assaggi e monoporzioni, realizzati in diversi materiali, dal classico **bamboo** alla polpa di cellulosa, un materiale naturale rinnovabile ottenuto dalla lavorazione della canna da zucchero.

**14** Oltre a disporre le pietanze, dovrete organizzare lo spazio per le **bevande**. Nonostante l'apericena sia il regno di bollicine e cocktail, non dimenticate di offrire l'acqua. Preparate una dissetante acqua e limone da servire in barattoli di vetro o dispenser.



**15** E per tenere in fresco le bottiglie, anziché il classico **cestello**, optate per un'idea più originale, ad esempio utilizzando vecchi vasi in rame più rustici, decorandoli con frutta e fiori.



**16** Per rendere la tavola ancora più bella e importante, infine, adornatela con composizioni di **fiori** o **candele**, e **citronelle** se siete in giardino o in terrazza. Con un po' di creatività e qualche vecchio barattolo di vetro, si possono creare diverse decorazioni per illuminare la tavola.



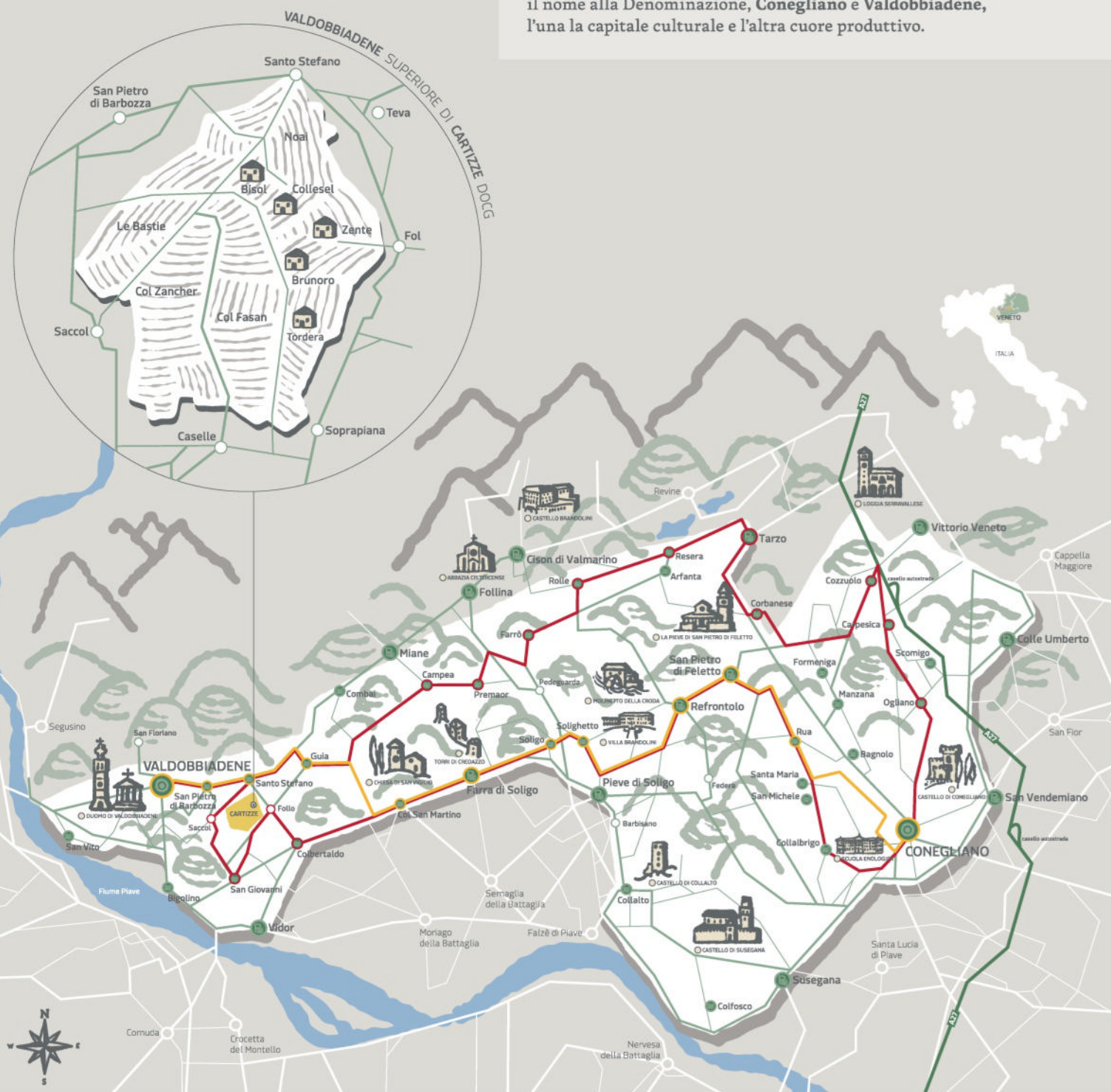


## Conegliano Valdobbiadene un territorio vocato alla viticoltura

Ci troviamo in **Veneto**, regione del Nord Est italiano in un territorio collinare in provincia di Treviso, tra Venezia e le Dolomiti. La viticoltura qui ha origini antichissime e i confini dell'area storica di produzione sono rimasti sostanzialmente invariati sin dagli anni '30.

Vi sono compresi 15 comuni:

**Cison di Valmarino, Colle Umberto, Conegliano, Farra di Soligo, Follina, Miane, Pieve di Soligo, Refrontolo, San Pietro di Feletto, San Vendemiano, Susegana, Tarzo, Valdobbiadene, Vidor, Vittorio Veneto**, due dei quali danno il nome alla Denominazione, **Conegliano e Valdobbiadene**, l'una la capitale culturale e l'altra cuore produttivo.







## Le Colline del Prosecco di Conegliano e Valdobbiadene *Patrimonio dell'Umanità Unesco*

Nel 2008 è stato avviato il progetto per il riconoscimento delle Colline di Conegliano Valdobbiadene a Patrimonio dell'Umanità UNESCO come *"paesaggio culturale"*, culminato il 7 luglio 2019 a Baku con la nomina ufficiale. Qui l'interazione tra uomo e natura ha contribuito a creare uno scenario unico.

Il paesaggio è quindi inteso non solo come un panorama da fotografare o una bella cartolina, ma come la capacità della popolazione di gestire e far evolvere in modo armonico i propri luoghi, generando benessere e identità comune. **Un paesaggio che è patrimonio vivente della comunità.**

*Consorzio di Tutela*

